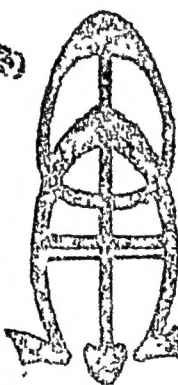




ਸ਼ਸਤਰਿਕ

ਵਿਗਿਆਨ



ਪ੍ਰੋ. ਸ਼ਸਤਰਿਕ

ਸਤ. ੧੧

੧੯੧੮

## सूचना

हम शीघ्र 'प्राकृतिक विज्ञान कार्यालय' मुंबईमें स्थापित करनेका विचार कर रहे हैं। अतएव जबतक कार्यालय स्थापित न हो एस के मिश्र, वरेली या बल्लभ एण्ड सन्स, पीलीभीतसे पुस्तक मंगावे और कार्यालय सम्बन्धी पत्र व्यवहार करें।

मैनेजर प्राकृतिक विज्ञान कार्यालय.

---

सेठ करोड़ीमल,

मालिक फर्म छोटेला ल दुर्जनमल, खारा कुवा, मुंबईवालोंने

पुरस्कार रूपसे

डाक्टर पी. आचार्यके निमित्त

A  
#26  
3343/03 मिस्टर चिंतामण सरवाराम देवळे द्वारा

मुंबई वैभव प्रेस, सर्वेन्ट्स ऑव इंडिया

सोसाइटी'ज बिल्डिंग, सॅटर्स्टरोड

मुंबईसे मुद्रित कराया

और

पं सरस्वती किशोर मिश्र गली नवावान, वरेलीने

प्रकाशित किया।

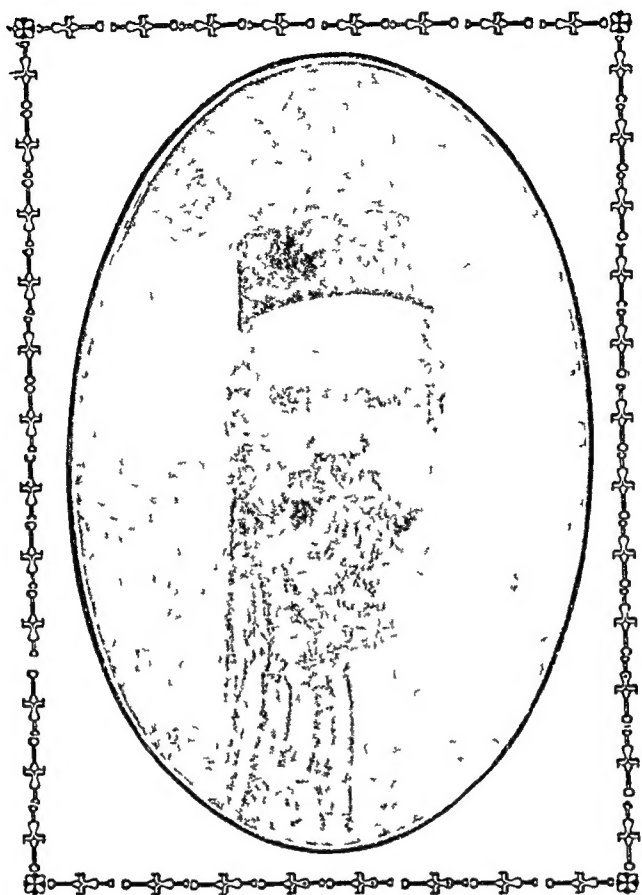
---

## सूचना

पुस्तक वी पी. द्वारा भेजनेका नियम नहीं है। अत पुस्तकका मूल्य ५।।। मनी आर्डर द्वारा भेजना चाहिये।

मैनेजर प्राकृतिक विज्ञान कार्यालय.

# समर्पण



श्री० पं० वनवारी लाल मिश्र, सैयाह हिन्द ।

हे पिता ! हमें जीवन पर्यन्त यही खेद रहेगा कि हम आपके जीवनकालमें इस तुच्छ शरीरसे आपकी कोई सेवा करनेको समर्थ न हुए । परन्तु इसके साथ यह प्रसन्नताभी है कि आप हमारे इस कार्यसे, जो हम मानव जातिकी शारीरिक व्याधियोंका इति करनेके निमित्त कर रहे थे, बहुत सन्तुष्ट थे । अतः आपके आशीर्वादसे इस कार्यमें सफलता प्राप्त होनेकी पहिली सीढ़ी प्राकृतिक विज्ञान सुदृढ होनेसे आपके पूज्य एवं पवित्र चरणोंमें शीघ्र नवाकर आपकी भेट यही 'प्राकृतिक विज्ञान' है । आशा है आप हमें अपने समस्त पुत्रोंमें दीन एवं असह्य जानकर हमारी इस तुच्छ भेटको स्वीकार करके निश्चय प्रसन्न होंगे ।

कर्नल



यदि  
आप नेचरोपैथिक डाक्टर बनना चाहते हैं  
तो  
अनेक बार प्राकृतिक विज्ञानका समझके साथ  
पाठ कीजिये  
और  
तदुपरान्त जबतक हमारा इन्सटीट्यूट  
कहीं स्थापित न हो जाय तबतक  
पत्र व्यवहार द्वारा शिक्षा  
प्राप्त करिये !

पत्र द्वारा शिक्षा देनेकी फ़ीस २०)

परीक्षा लेनेकी फ़ीस ५)

डिप्लोमा प्रदान करनेकी फ़ीस ५)

पी० आचार्य,

नेचरोपेथ ।

# भूमिका



जहां तक हमको स्मरण है हमारी बाल्यकालसेही चलते-फिरते, उठते-बैठते, खाते-पीते और खेलते-कूदते प्रत्येक समय प्रकृतिकी लीलाएं नयन गोचर

हमको 'प्राकृतिक विज्ञान' लिखनेकी कैसे सूझी ? होनेपर अपने पितासे प्रश्नपर प्रश्न करनेकी प्रकृति थी, जिससे वह उत्तर देते, देते दुःखी हो जाते थे । किन्तु उन्होंने हमको ढाई वर्षकी आयुसे अपने साथही रखा था, और वह निरन्तर भारत भ्रमण करते रहते थे, जिससे प्रायः अनेक स्थानोंपर अनेक भारतीय एवं

यूरोपीय विद्वानोंसे परिचय होनेके कारण हमको बहुतसे प्रश्नोंका उचित उत्तर मिल जाता था, परन्तु फिरभी हम सन्तुष्ट नहीं होते थे । हमारे प्रश्नभी भिन्न, भिन्न विषयोंपर और बड़े जटिल होते थे । अतः किसी एक विषयके विद्वानकी यह सामर्थ्य नहीं थी कि वह हमारे समस्त प्रश्नोंका यथोचित उत्तर दे सके, और इसी कारण वश हमारे पिता हमारे शिक्षणार्थ किसी विशेष शिक्षकको नियुक्त न करसके, और ग्यारह वर्षकी आयुतक हमको अपने साथ भारत भ्रमणही कराते रहे । वह हमको सदा स्वयं विद्याध्ययन कराते थे और यथाशक्ति हमारे प्रश्नोंका उत्तर देनेकी-भी चेष्टा करते थे । परन्तु यदि हमारा कोई प्रश्न शरीर विज्ञानके सम्बन्धमें अति जटिल होता था तो वह बहुधा निरुत्तर होजाते थे, प्रत्युत कभी, कभी तो डाक्टरोंके व्यवसायकी तीव्र निन्दा किया करते थे । वह कहा करते थे :—“ यह बड़ाही घृणित व्यवसाय है । क्योंकि डाक्टर लोग केवल मांस, अस्थियो, रक्त और शरीरके अन्य दूषित पदार्थोंकाही स्पर्श नहीं करते हैं वरन् यूरोपमें तो डाक्टर लोग अनुभव प्राप्त करनेके निमित्त मल-मूत्रादिका स्वाद लेनेमेंभी आनाकानी नहीं करते हैं । ” उनके इस कथनसे हमें डाक्टरोंके व्यवसायसे घृणा होनेकी अपेक्षा दिनोदिन शरीर विज्ञानसे रुचि होती गयी, और अन्तमें वही विषय हमारे जीवनका उद्देश्य हो गया । इसीसे जब हमारी आयु छः वर्षकी थी हम अपने पितासे बहुत कुछ दण्डित होनेपरभी वर्षा ऋतुमें होनेवाली छोटी, छोटी मेंढकोंको मार और चीरकर बड़े ध्यानसे देखा करते थे; और अन्य छोटे, छोटे जीवोंकोभी

मारकर चीरना और उनके प्रत्येक अवयवको देखना हमारे लिए स्वाभाविक हो गया था। इसके अतिरिक्त हमारे छोटे चचाकी पुत्रीने बहुतसे कबूतर पाल रक्खे थे। अतः कबूतरोंके अण्डे और बच्चे या कभी, कभी बिल्ली द्वारा मारे हुए कबूतर हमारी प्रयोगशालामें बहुत उपयोगी होते थे। अपरञ्च श्मशानों या पशुओंके वध स्थानोंमेंभी जानेसे हमें कोई घृणा या भय न था, और अपने पिताके साथ जब कभी हम ऐसे नगरमें जाते थे जहां कि मैडिकल म्यूजियम और मैडिकल विद्यालय हो तो हम अवश्य उसे देखनेका प्रयत्न करते थे, और हमारी प्रबल इच्छा रहती थी कि हमभी किसी दिन संसारमें अद्वितीय डाक्टर बनें और किसी ऐसे अमृतकी खोज करें जिससे कभी मनुष्यकी मृत्यु न हो, या ऐसे साधनोंका ज्ञान प्राप्त करें जो न्यूनातिन्यून मनुष्यकी असमय मृत्यु न हो, और कोई मनुष्य कभी किसी रोगसे पीड़ित न हो। इसके अतिरिक्त हमको किसी ऐसे रासायनिक पदार्थकीभी खोज थी, जिसकी सहायतासे पेड़े या अन्य खोवेकी मिठाई सेवन करनेपर शरीरमें यथेष्ट रक्तकी उत्पत्ति होसके। क्योंकि हमको पेड़े बहुत प्रिय थे और उनकी नीरसताके कारण हमारे पिता इस भयसे हमें उन्हे सेवन नहीं करने देते थे कि उनसे शरीरमें रक्तकी उत्पत्ति बहुत कम होती है। किन्तु शरीरविज्ञान और रसायन शास्त्रका ज्ञान प्राप्त करनेके निमित्त यह सब कुछ अभिलाषा होते हुएभी हमको विद्याध्ययनके अनावश्यक परिश्रमसे बहुतही घृणा थी। हम केवल नैसर्गिक रीतिसेही शिक्षा प्राप्त करनेके प्रेमी थे। हमारी इच्छा थी कि किसी प्रकार मस्तिष्कमें ऐसी ज्ञान ज्योति हो जो स्वतः विना किसी परिश्रमके हमको संसारकी समस्त विद्याएँ प्राप्त हो जायें। इसके साथ, साथ हमको यह विश्वासभी था कि यदि हमको कोई ऐसा गुरु न मिलेगा, जो विना परिश्रमके हमें ज्ञान प्राप्त करा सके, निश्चय प्रकृतिकी सहायतासे न्यूनातिन्यून हम अपने प्रिय विषयका ज्ञान प्राप्त करनेमें सफल होंगे। अतएव हम इसी कारणवश किसी विद्याको आज कलकी शुष्क और कृत्रिम पाठ्य प्रणालीके हेतु किसी गुरु द्वारा प्राप्त न कर सके। परन्तु इसके साथही उस समय स्वमेव हमारी प्राकृतिक शिक्षाका विकास हो चला था। इसके अतिरिक्त देश, देश भ्रमण करनेसे हम संसारके अन्य बालकोंके समान नहीं थे। हम विना किसी संकोचके बड़े, बड़े विद्वानोंको अपना पाठ सुना देते थे, अड़ करना तो हम कभी सीखेही नहीं थे और दवे स्वरसे बोलनाभी हम नहीं जानते थे। इसीसे भारतके ब्रिटिश प्रदाधिकारियों, राजा-महाराजाओं, और जनताकेभी अन्य प्रतिष्ठित मनुष्योंने हमको छः

वर्षकी आयुमें प्रसन्न होकर प्रायः साढ़ेतीनसौ प्रमाण पत्र दिये थे, जिनमेंसे केवल एक बाबू भैरव नारायणजी बी० ए०, आक्टूई सुप्रेन्टेन्डेन्ट, अजमेरहींका हमारे निमित्त उपयोगी सिद्ध हुआ। उस प्रमाण पत्रने हमारे हृदयमें ऐसी लहर उत्पन्न करदी कि हमको प्रत्येक समय किसी नूतन पदार्थका आविष्कार करनेकी चिन्ता व्यापने लगी। कभी हम काल्पनिक रूपसे किसी अद्भुत यन्त्रका आविष्कार करनेमें लीन हो जाते थे, कभी अमृतका खोज करनेमें तनमय होजाते थे, कभी समस्त शास्त्रोंके पण्डित हमही बन जाते थे। सारांश यह है कि कोई ऐसा असम्भव पदार्थ नहीं था जिसका आविष्कार हमारा मस्तिष्क उल्टा-सीधा काल्पनिक रूपसे न कर लेता हो। अतः उस समय हम किसी प्रकार एक उन्मादीसे कम नहीं थे। परन्तु हमारी उस दशासे उस समय जो बड़ा लाभ हुआ वह यह था कि हम किसी विषयपर दत्त चित्तसे विचार करने योग्य हो गये, और क्रमशः यह अभ्यास इतना बढ़ गया कि यदि हम किसी विषयपर विचारते थे तो उसमें ऐसे घुस जाते कि फिर अन्य किसी बातका ध्यान नहीं रहता था। इसीसे यदि मार्ग चलते, चलते हम किसी विषयपर मनन करने लगते तो हम कहींके कहीं पहुँच जाते थे, यदि भोजन सेवन करते समय किसी विषयपर ध्यान चला जाता था तो भोजन करनाही भूल जाते थे और यदि शयन करते समय कोई समस्या उपस्थित होती तो समस्त रात्रि उसीकी पूर्तिमें निकल जाती थी; और निरन्तर कई वर्ष पर्यन्त हमारा यही क्रम रहा, प्रत्युत दिनोदिन वृद्धिको प्राप्त होता गया, जिससे हमारे बाल्य कालकी चपलता नष्ट होने लगी और नित्य प्रति उसका स्थान गम्भीरतासे तीव्र गतिके साथ लिये जानेपर हम अपने पिताकी दृष्टिमें पहिलेकी अपेक्षा च्युत होने लगे। इसके उपरान्त सन् १९०२ ई० में हमारे एकूत रोगसे पीड़ित होनेपर यथेष्ट पथ्यसे रहनेपरभी औषधियों द्वारा रोगसे मुक्त न होने एवं अट्ठाइसवीं आक्टोबर सन् १९०३ ई० को अपनी माताकी मृत्यु हो जानेसे एकैक हमारी विचार शक्तियाँ किसी अन्य पदार्थका आविष्कार करनेके स्थानमें औषधियोंकी त्रुटियाँ और प्राकृतिक चिकित्साके खोजमें लग गयीं। क्योंकि उनके रोगके आरम्भ कालसेही अनेक विद्वान एलोपैथिक डाक्टरों, देशी वैद्यों एवं यूनानी हकीमोंकी पूर्ण पथ्यके साथ चिकित्सा होनेपरभी उनकी असमय मृत्यु हो गयी थी, और अति प्रभावशाली औषधियाँभी कुछ दिन अपने गुण दिखानेके उपरान्त निरर्थक सिद्ध होती थीं, प्रत्युत लाभके स्थानमें हानि पहुँचाती

थी । इस लिए उसी दिनसे एकैक औषधि मात्रसे हमारी रही सही श्रद्धाभी जाती रही और हम औषधियोंको विष समझकर उनके कट्टर रिपु हो गये । किन्तु उस समय न तो हमको इतना ज्ञानही था कि हम औषधियोंके विषयमे स्वयं अधिक जान सकते न हम उस विषयपर शिक्षा प्राप्त करनेमेंही स्वतन्त्र थे । इस लिए कई वर्षतक तैलीके वैलके समान व्यर्थकी शिक्षा प्राप्त करनेमें लगे रहे । परन्तु उसमे कभीभी हमारा मन नहीं लगता था । इसीसे हम अपने शिक्षाकालमे अनेक स्थानोंपर रहकर अपना समय नष्ट करते रहे । किन्तु जहां हमको बहु मूल्य समयके नष्ट होनेका दुःख है वहां इतनी प्रसन्नताभी है कि अनेक स्थानोंपर अनेक मनुष्योंके साथ रहनेसे यह अनुभव हो गया कि संसारमें एक मातृहीन बालकके साथ मनुष्य किस कुटिल नीतिको काममें लाते हैं, दूसरे नित्य आपत्तियोंका सामना करते, करते हम इतने बलवान होगये कि फिर किसी भारीसे भारी विपत्तिकोभी हम तुच्छही समझने लगे, और अपने समस्त सम्बन्धियोंके अन्यायपूर्ण कुटिल व्यापारसे दुःखी होकर शनैः, शनैः हमारा पग स्वतन्त्रताकी ओर अग्रसर हुआ और फिर हमपर जितना अधिक अनुचित आतङ्क दिखानेकी चेष्टा की गयी उतनेही वेगसे हम स्वाधीन होनेकी उसी प्रकार चेष्टा करने लगे, जिस प्रकार एक रवरकी थैलीमें अधिक वायु भरनेपर वह उसको बलात् फाड़कर बाहर निकलनेका प्रयत्न करती है । अतः हम अपने उन सम्बन्धियोंके अमानुषिक आतङ्कवश, जिनके समरक्षणमे हम रखे जाते थे, अति शीघ्र स्वतन्त्र होगये, और धीरे, धीरे प्रायः समस्त आत्मजोसे असहयोग करके पूरे निरङ्कुश होगये । उस समय स्वतन्त्र होनेके उपरान्त हमारा जीवन बहुतही विचित्र था । हमारी शय्या, जो कि बहुत लम्बी-चौड़ी थी घरके दूसरे खण्डमें एक खुली खपरेलमे पड़ी रहती थी, और खाद्य एवं लिखने-पढ़ने आदिकी समस्त सामग्री हमारी उसी चारपायीपर उपस्थित रहती थी । प्रत्युत यह कहा जाय तोभी अनुचित न होगा कि वही चारपायी हमारा घर बनी हुई थी । आरम्भकालमें हमने अपने भोजनार्थ अनेक जातियोंके धान्य छोटी, छोटी पोटलियोंमें बांधकर उसी चारपायीपर रख छोड़े थे, और क्षुधाका ज्ञान होनेपर समस्त पोटलियोमेसे थोड़े, थोड़े दाने निकालकर अरन्धित दशमेही सेवन कर लेते थे । क्योंकि सन् १९०८ ई० में, हमारे ज्येष्ठ चचाके एक मात्र पुत्रकी मृत्यु उस कुत्तेसे काटे जानेके कारण होनेपर जिसने हमकोभी काटा था, हमको निरर्थक पथ्यसे रहनेपर बाध्य किया गया, और हमने उसी समयसे क्रोधार्य अनेक पदार्थोंको जिनमें कुछ पदार्थ ऐसेभी थे, जिनके

सेवन करनेकी आज्ञा मिली हुई थी, त्याग दिया था, जिससे हमको प्रत्येक पदार्थ सेवन करने या न करनेका पूर्ण अभ्यास हो गया था। परन्तु इस प्रकार शुष्क धान्य सेवन करते, करते अनायास हमको यह अनुमान हुआ कि यद्यपि हमको उनके सेवन करनेका पूर्ण अभ्यास हो गया है तथापि उनकी गणना इस लिए मनुष्यके प्राकृतिक आहारमें नहीं हो सकती कि प्रथम तो उनकी उत्पत्ति प्रकृतिने नहीं की है, द्वितीय उनकी गन्ध और स्वाद हमारी प्रकृतिके अनुकूल नहीं है। इसके अतिरिक्त हमारा ध्यान अपने पिताके उन वाक्योंपर गया, जो उन्होंने खोवेकी मिठायियां नीरस होनेके कारण शरीरके रसोंका शोषण और रक्तकी उत्पत्तिमें न्यूनता होनेके हेतु सेवन न करनेके सम्बन्धमें कहे थे। अतः हमको समस्त धान्योंमें यह दोष दृष्टिगोचर हुआ कि उनके इतने रसहीन और शुष्क होनेसे उनके द्वारा रक्तकी उत्पत्तिमें उसी प्रकार न्यूनता और विष्टेकी उत्पत्तिमें अधिकता होती है जिस प्रकार खोवेकी मिठायियां सेवन करनेसे होती है। अपरञ्च उनमें एक इस दोषकाभी अनुभव हुआ कि उनको सेवन करनेसे चैतन्यताके स्थानमें आलस्यकी उत्पत्ति और दिनोदिन उसकी वृद्धि होती रहती है, इत्यादि, इत्यादि। अतएव हमने शुष्क धान्यों एवं अन्य शुष्क पदार्थोंको त्यागकर चैतन्य शाक और फल सेवन करने आरम्भ कर दिये। किन्तु अनेक फलों और समस्त शाकोंमें ऐसे अनेक दोषोंका अनुभव हुआ, जिससे हमको यह ज्ञात होगया कि वास्तव में मनुष्यका प्राकृतिक आहार क्या है। इसके उपरान्त हम को यह उच्छा बनी रही—मनुष्यके लिए किसी रोगका इति करनेके निमित्त वस्तुतः प्राकृतिक चिकित्सा क्या है? परन्तु उस समय हमारे लिए यह ज्ञान प्राप्त करना बहुतही कठिन था। क्योंकि सदासे औपयियों द्वारा चिकित्सा होते हुए देखकर हमारा प्राकृतिक ज्ञान लुप्त होगया था। अतः बहुत दिनतक हम पाश्चात्य अनेक चिकित्सा प्रणालियोंके शोलेमें पड़े रहे, परन्तु हम किसी प्रकार उनसे सन्तुष्ट न हुए। क्योंकि यद्यपि उनमें औपयियों का प्रयोग न था, तथापि उनमें वही हानिकारक दोष थे जो एक औषधि या अप्राकृतिक साधनमें होते हैं। क्योंकि जल चिकित्साओंमें तो हमको सदासे यह दोष दृष्टिगोचर हुआ कि उनकी शीतल क्रियाएं हमारे शरीरके

रोगियोंके शरीरपर अपकार करनेके दोषी होते रहे, और कई वर्ष निरन्तर हमारा यही क्रम रहा। किन्तु जबसे हमारे मास्तिष्कमें उष्ण ताप चिकित्साने स्थान पाया था, तभीसे हमको प्राकृतिक चिकित्सा विषयपर जनताके लाभार्थ कोई उपयोगी ग्रन्थ लिखनेकी सूझी थी। अतः दिनोदिन यह विचार दृढ़ होता गया, और हम 'प्राकृतिक विज्ञान'के लिखनेको प्रस्तुत हुए। किन्तु साहित्यकी दृष्टिसे हमको संसारकी किसी भाषामें इतनी योग्यता न थी कि हम अपने विचारोंको भले प्रकार प्रगट कर सकते, और हम बाल्यकालसेही उर्दू भाषाका प्रयोग करनेके कारण हिन्दीमें ग्रन्थ रचना करनेके निमित्त किसी प्रकार समर्थ न थे। परन्तु इसपरभी हमको हिन्दीसे बहुत प्रेम था। अतः ग्यारहवीं सेप्टेम्बर सन् १९१५ ई० को हमने 'प्राकृतिक विज्ञान' नामक सोलह पृष्ठकी पुस्तक टूटी-फूटी हिन्दीमें लिखकर विजनौरके एक प्रेसमें मुद्रण करा दी। परन्तु भाषाकी त्रुटिके कारण हमारे विचार प्रगट न होनेके हेतु हम उससे सन्तुष्ट न हुए। अतः पंद्रहवीं सेप्टेम्बर सन् १९१५ ई० को हमने मुजफ्फरनगर पहुंचकर उसे पुनः पैन्सिलसे लिखना आरम्भ किया; और इसके उपरान्त पहिली आक्टोवर सन् १९१५ ई० से हमने नियम पूर्वक फिर उसे लाहौरमें रहकर डेसेम्बर मासतक एक सुन्दर जिल्द बंधी हुई पुस्तकके रूपमें लिखा; और इसके पश्चात् फेब्रुएरी सन् १९१६ ई० तक मटिन्डेमे उसकी बहुत कुछ रचना की और विजनौर पहुंचकर कुछ मासमें उसको समाप्त कर दिया; और फिर दूसरी बार लिखकर आक्टोवर सन् १९१६ ई० में विजनौरके एक प्रेसको पुस्तकके मुद्रणार्थ प्राकृतिक विज्ञान-कागज़के मूल्यका रूपया एडवान्समें दे दिया, और 'प्राकृतिक नके मुद्रणमें विज्ञान' का मुद्रण आरम्भ हो गया, प्रत्युत डेसेम्बर मासके कठिनायियां अन्ततक चौदह फॉर्मका मुद्रणभी हो गया। किन्तु हमको डेसेम्बरके अन्तमें एक रोगिनीकी चिकित्सार्थ प्रयाग

जाना पड़ा, और कई मास वहां लग गये। अतः पुस्तकका मुद्रण बन्द हो गया। क्योंकि पुस्तकका शेष मैटर हम प्रेसको न देकर विजनौरमें अपने निवास स्थानपर छोड़ आये थे। इस प्रकार पुस्तकके मुद्रणमें विलम्ब होते देखकर हमने विजनौरसे पुस्तकका शेष मैटर मंगा लिया, और ज्योंही हम प्रेसको मैटर भेजनेवाले थे कि एप्रिल सन् १९१७ ई० में प्रेसवालेने कागज़के समाप्त हो जानेकी सूचना दी; और जबतक आगेको हम कागज़का प्रबन्ध न कर दें पुस्तकका मुद्रण करनेमें असमर्थता दिखायी। ऐसा व्यापारिक नीतिके विपरीत व्यापार उस प्रेसवालेने इसीसे किया कि योरोपीय महासमरके कारण





अपने काममें ले आनेके कारण वह उसी अभियोगके दोषी है जो किसीकी धरोहरको हड़प करनेसे होता है। इसके अतिरिक्त वह पुस्तकके अपूर्ण होनेका दोष भी हमारेही माथे लगाकर आप निर्दोष होना चाहते हैं। यह दोष तो हमपर तभी लगाया जा सकता था जब कि वह मुद्रणका कार्य करना आरम्भ कर देते और हम उनको समयपर मैटर दे सकनेको असमर्थ होते। इसके उपरान्त उन्होंने अपने पत्रमें मार्च सन् १९१९ ई० के अन्ततक अस्सी रुपये एवं दो सौ रुपयाका व्याज भेजनेका कथन किया है। परन्तु व्याज तो वह क्या भेजते, उन्होंने अस्सी रुपयेभी बड़ी कठिनातासे ग्यारहवीं मेष सन् १९२१ ई० में भेजे थे। किन्तु इसपर भी हम उनको इस लिए धन्यवाद देते हैं कि उन्होंने जैसे तैसे हमको २८० रु० तो चुका दिये, जब कि दिल्लीके सद्धर्म प्रचारक प्रेसवाले तो हमारा एडवान्समें दिया हुआ धन और 'प्राकृतिक विज्ञान-' के कई मुद्रित फॉर्मभी हड़प करके मौन हो गये। न तो उन्होंने सन् १९२१ एवं २२ ई० में हमसे धन लेकर पूर्ण फॉर्मस्काही मुद्रण किया, न हमारा धनही लौटाया, और न इसलिए मुद्रित फॉर्मस्काही लौटाये कि हमारे द्वारा, जब कि हम 'वैभव' प्रेस, दिल्लीमें अवैतनिक मैनेजरका कार्य करते थे, अजमेरके वैद्य रामदयालजीकी औषधियोंका सूची पत्र सद्धर्म प्रचारक प्रेसमें मुद्रणार्थ गया हुआ था और 'वैभव' प्रेसके मालिकोंकी कृपासे उसका मूल्य प्राप्त नहीं हुआ था। इसके उपरान्त जब उपरोक्त सूची-पत्रके मुद्रणका मूल्य सद्धर्म प्रचारक प्रेसको प्राप्त हो गया उसपर भी प्रेसवालोंने न हमारा कामही किया, न हमारी धरोहरही लौटायी, न हमारा रुपयाही भेजा और न हमारे रजिस्ट्री पत्रका उत्तरही दिया। इसपर हमारे कई मित्रोंने प्रेसवालों-पर अभियोग चलानेके लिए कहा। परन्तु यह अपराध हमाराही था कि हमने विप्लवके सूची पत्रका मुद्रण अपने द्वारा होनेको दिया था। अतः उसी पाप कर्मके प्रायश्चित्तके हेतु हमको यह दण्ड मिला कि सद्धर्म प्रचारक प्रेसवालोंने सर्व प्रकार हमें दुःख दिया।

'प्राकृतिक विज्ञान-' की मुद्रण गाथा बहुतही लम्बी है, उसका लिखना कोई सरल नहीं है। क्योंकि उसके पीछे कई सहस्र रुपये तथा बहुत कुछ समय का नाश, शरीर एवं धनकी क्षति और अपार आपत्तियों का सामना करना पड़ा है। किन्तु इस सबसे लाभ यह हुआ है कि अबतक हमने 'प्राकृतिक विज्ञान-' को पचपन बार लिखा है, जिससे जितनी बार हमने उसको लिखा उतनीही उसमें उन्नति होती

कि मेरी वजहसे आपको कुछ नुकसान पहुंचे । आप जैसा कि आपने पिछले कार्डमे लिखा है और जगह शौकसे पुस्तक छपा लीजिये । अभीतक जो आपकी पुस्तकमें देर हुई उसके लिए मैंही कारण नहीं हूं । क्योंकि आपकी पुस्तकही पूरी नहीं तयार थी । जिस दिन आप खाना हुए उस दिनतकभी उसमें कुछ कसरही थी, जिसको पूरा करनेके लिए आपको पुस्तक साथ लेजानी पड़ी अस्तु ।

आपको जिस दिन आपके कागज़वाले दो सौ रुपये लौटाये गये थे यदि उसी दिन वह बात जो आपने अपने कार्डमे लिखी कह देते तो यह मामला तै होजाता और आपको लिखनेकी तकलीफ न उठानी पड़ती । आप इतमीनान रखिये मैं आपको किसी तरहसे नुकसान न होने दूंगा । आपके उन दो सौ रुपयोका, जो आपको वापिस दिये गये हैं, व्याज मैं आपको दूंगा । मार्चके आखिरतक मैं आपके वे अस्सी रुपये, जो आपने वादको जमा किये थे, आपके पास भेजे जावेंगे उसीके साथ वह व्याजभी भेजदिया जावेगा । आपको मैं अगर नफ़ा नहीं पहुंचा सकता तो घाटाभी नहीं होने दूंगा ।

गो० दे० की आशीर्वाद ।

आपका,  
S. A.,  
G. L. Office

उन प्रयागी पण्डितजीके उपरोक्त दोनों पत्रों और जो कुछ हमने उनसे 'प्राकृतिक विज्ञान-' का शीघ्र मुद्रण करनेके लिए प्रार्थना की थी, के पढ़नेसे यह स्पष्ट हो जाता है कि सेप्टेम्बर सन् १९१७ ई० में जो २०० रु० हमने उनकी सेवामें प्रेषित किये थे उनका कागज़ लेलिया गया और केवल हमारे मालपर नियत विगडनेके कारण उन्होने किसी प्रकार उल्टे हमर्हीको दोष लगाकर अपना पीछा छुटाया । हमने जो जेन्वरी सन् १९१९ ई० में उनसे दो सौ रुपये ऋण रूपमें लिये थे उन्हें वह ऋणके स्थानमे कागज़के दो सौ रुपये लौटाना कहते हैं और उधर वह यहभी उसी पत्रमें लिखते हैं-वे अस्सी रुपये जो आपने वादको जमा किये थे । परन्तु हम नहीं कह सकते कि जब कागज़ ले लिया गया तो रुपये कैसे लौटाये । ऐसी दशामे केवल कागज़ही लौटाया जा सकता था । इस लिए अपने इस व्यापारसे अर्थात् हमारा कागज़

अपने काममे ले आनेके कारण वह उसी अभियोगके दोषी हैं जो किसीकी धरोहरको हड़प करनेसे होता है। इसके अतिरिक्त वह पुस्तकके अपूर्ण होनेका दोष भी हमारेही माथे लगाकर आप निर्दोष होना चाहते हैं। यह दोष तो हमपर तभी लगाया जा सकता था जब कि वह मुद्रणका कार्य करना आरम्भ कर देते और हम उनको समयपर मैटर दे सकनेको असमर्थ होते। इसके उपरान्त उन्होंने अपने पत्रमे मार्च सन् १९१९ ई० के अन्ततक अस्सी रुपये एवं दो सौ रुपयोंका ब्याज भेजनेका कथन किया है। परन्तु ब्याज तो वह क्या भेजते, उन्होंने अस्सी रुपयेभी बड़ी कठिनातासे ग्यारहवीं मेय सन् १९२१ ई० में भेजे थे। किन्तु इसपर भी हम उनको इस लिए धन्यवाद देते हैं कि उन्होंने जैसे तैसे हमको २८०।५० तो चुका दिये, जब कि दिल्लीके सद्धर्म प्रचारक प्रेसवाले तो हमारा एडवान्समें दिया हुआ धन और 'प्राकृतिक विज्ञान-' के कई मुद्रित फॉर्मभी हड़प करके मौन हो गये। न तो उन्होंने सन् १९२१ एवं २२ ई० में हमसे धन लेकर पूर्ण फॉर्मस्काही मुद्रण किया, न हमारा धनही लौटाया, और न इसलिए मुद्रित फॉर्मस्काही लौटाये कि हमारे द्वारा, जब कि हम 'वैभव' प्रेस, दिल्लीमें अवैतनिक मैनेजरका कार्य करते थे, अजमेरके वैद्य रामदयालजीकी औषधियोंका सूची पत्र सद्धर्म प्रचारक प्रेसमें मुद्रणार्थ गया हुआ था और 'वैभव' प्रेसके मालिकोकी कृपासे उसका मूल्य प्राप्त नहीं हुआ था। इसके उपरान्त जब उपरोक्त सूचीपत्रके मुद्रणका मूल्य सद्धर्म प्रचारक प्रेसको प्राप्त हो गया उसपर भी प्रेसवालेने न हमारा कामही किया, न हमारी धरोहरही लौटायी, न हमारा रुपयाही भेजा और न हमारे रजिस्ट्री पत्रका उत्तरही दिया। इसपर हमारे कई मित्रोंने प्रेसवालोंपर अभियोग चलानेके लिए कहा। परन्तु यह अपराध हमाराही था कि हमने विषोंके सूची पत्रका मुद्रण अपने द्वारा होनेको दिया था। अतः उसी पाप कर्मके प्रायश्चित्तके हेतु हमको यह दण्ड मिला कि सद्धर्म प्रचारक प्रेसवालोंने सर्व प्रकार हमें दुःख दिया।

'प्राकृतिक विज्ञान-' की मुद्रण गाथा बहुतही लम्बी है, उसका लिखना कोई सरल नहीं है। क्योंकि उसके पीछे कई सहस्र रुपये तथा बहुत कुछ समय का नाश, शरीर एवं धनकी क्षति और अपार आपत्तियों का सामना करना पड़ा है। किन्तु इस सबसे लाभ यह हुआ है कि अबतक हमने 'प्राकृतिक विज्ञान-' को पचपन बार लिखा है, जिससे जितनी बार हमने उसको लिखा उतनीही उसमें उन्नति होती

गयी । क्योंकि नित्यके अनुभवोंकी कृपासे नित्य नयी बातें हृदयमें स्थान लेती हैं । अतः यदि अनेक प्रेसवालों तथा अन्य महाशयोंकी कुटिल नीतिसे 'प्राकृतिक विज्ञान' के मुद्रणमें इतना विलम्ब न होता तो जिस रूपमें आज पाठकोंके हाथमें प्राकृतिक विज्ञान ' है उस दशामें नयनगोचर न होता । अतः हम उन समस्त महाशयोंको हार्दिक वन्द्यवाद देते हैं, जिन्होंने 'प्राकृतिक विज्ञान' के प्रकाशनके मार्ग में कष्टका काम किया है । क्योंकि यद्यपि उनकी कृपासे हम धनहीन अवश्य हो गये, किन्तु अधिक समयके व्यतीत होनेसे हमारे अनुभवमें दिनोदिन वृद्धि होती चली गयी, जिससे प्राकृतिक विज्ञान अधिक उपयोगी हो गया । अतएव हम इसीसे सन्तुष्ट हैं । अब हम अधिक न लिखकर केवल इतनाही कथन करना यथेष्ट समझते हैं कि दिल्लीके वैभव आदि तथा अन्य स्थानोंके प्रेसोंकी इसी हेतु अवैतनिक सेवा करनेपर कि किसी प्रकार 'प्राकृतिक विज्ञान' का सुन्दर मुद्रण हो जावे और कई मित्रों एवं सम्बन्धियों द्वारा रुपयेका नाश या समयपर प्राप्त न होने और अनेक सम्पत्ति शालियोंसे धन प्राप्त होनेके स्थानमें उनके हेतु समयका नाश होनेके अतिरिक्त गाँठके धनसे-भी हाथ धो बैठनेके कारण हम पूर्ण रूपेण दुखी हो गये थे, अनायास आक्टोबर सन् १९२३ ई० में अन्वेषीके स्थानपर एक रात्रिको जिस वङ्गलेमें हम ठहरे हुए थे, उसके मालीको निमोनिया हो गया, और सेठ करोड़ी मल, मालिक फर्म छोटे लाल, दुर्जनमल हमसे उसकी चिकित्सा करायी और हमारे द्वारा उसको लाभ होनेसे उन्होंने हमारे निमित्त 'प्राकृतिक विज्ञान' के हिन्दी एवं इंग्लिश सस्करणके मुद्रणादिका समस्त भार इस शर्तपर अपने ऊपर ले लिया, कि उसके स्थानमें हम उनके आत्मजोंकी चिकित्सा करके उन्हें लाभ पहुँचायें और यह बात निश्चय हो जानेपर दूसरेही दिन उन्होंने वाम्बे वैभव प्रेस, मुम्बईको दो सौ रुपयेका चेक, प्राकृतिक विज्ञानके हिन्दी सस्करणके मुद्रणार्थ एडवान्समें भेज दिया । इसमें कोई सन्देह नहीं कि सेठ करोड़ी मलजीने हमारे निमित्त प्राकृतिक विज्ञानका मुद्रण कराके हमपरही नहीं वरन् समस्त ससारपर उपकार किया है, और इसके लिए हम आजन्म उनके ऋणी रहेंगे । परन्तु यह खेदकी बात है कि वह स्वार्थ निकल जानेपर, अर्थात् उनके अनेक रोगियोंको हमारे द्वारा लाभ हो जाने और प्राकृतिक चिकित्सा विधि हाथ आजानेपर अब वहभी आख दिखाने हुए दृष्टि गोचर होते हैं । अतः हमको यही कहना पड़ता है —

अजलसेही बुलबुलोंका बागमें कोई नहीं,

था जो नर्गिस वहभी, कर्नल, आंख दिखलाने लगा !

किन्तु यह सब परिणाम हमारी मूर्खताका है, अन्यथा हम उन रोगियोंसे जिनकी चिकित्सा हमने सेठ करोड़ीमलजीके आग्रहपर निःशुल्क की थी, आनन्दसे कई सहस्र रुपया लेकर कई भाषाओंमें 'प्राकृतिक विज्ञान-'का मुद्रण करा सकते थे और फिर किसीका भारभी हमारे माथे न होता; या यहभी कहा जा सकता है कि यह सब हमारेही भाग्यका दोष है। इसीसे:—

रङ्ग लायी आखरश, तकदीर अपनी एक दिन,

फेरलीं 'कर्नल' निगाहें, जो उन्होंने एक दिन।

यह बात निर्विवाद है कि सेठ करोड़ीमलजी, जो कि हमारी मूर्खतासे किसी समय हमारी दृष्टिमें बहुत उच्च थे, अब अपना वास्तविक रूप दिखानेको उतारू हो गये हैं। क्योंकि उन्होंने हमको एक कार्ड लिखा है, जिसकी भाषा बहुत कुछ सभ्यतासे गिरी हुई है, और जिससे स्पष्ट है कि वह प्रेसवालोको 'प्राकृतिक विज्ञान-' के मुद्रण एवं जित्द आदि बंवायीका मूल्य दो सौ रुपयेके अतिरिक्त शेष धन देनेको प्रस्तुत नहीं है। परन्तु हम यह नहीं कह सकते कि सेठजी किस आधारपर प्रेसवालोको शेष रुपया देनेको प्रस्तुत नहीं हैं, जब कि उन्होंने अपने ग्यारहवीं एप्रिल सन् १९२५ ई० के कार्डमें स्पष्ट रूपसे हमसे प्रश्न किया है कि प्रेसवालोको कितना रुपया और देना है। हम यहांपर सेठजीके उस पत्रकी उन पंक्तियोंकी प्रतिलिपि निम्नमे देते हैं:—

खाराकुवा, मुंबई पोस्ट नं० २

डा० पी० आचार्य जी,

पत्र आपका मिला हाल जाना। छापेखानेवालेके यहां क्या देरी है। उसमें कितना रुपया लगेगा। पहिले २००७ दीने हैं, अब कितने और चाहियें। सब हाल खुलासा देना चाहिये।

किरोडी मल

इसके अतिरिक्त सत्ताइसवीं फेब्रुएरी सन् १९२४ ई० के आगरेके 'देश भक्त' अर्द्ध साप्ताहिक समाचार पत्रमे, जिसके ग्राहक उस समय सेठजीभी थे, पुस्तकके सम्बन्ध में 'सेठ करोड़ीमलजीकी उदारता' शीर्षक निम्न सूचना निकल चुकी है, और उसपर सेठजीने आजपर्यन्त कोई आपत्ति नहीं की:—

“ नाईकी मण्डी आगरा निवासी सेठ करोड़ीमलने, जो कि ‘ फर्म छोटेलाल, ‘ दुर्जनमल, खारा कुवा, बम्बईके साझीदार ‘ हैं, डाक्टर पी० आचार्य रचित ‘ प्राकृतिक विज्ञान—’, जिसको ‘ उन्होंने १५ वर्षमें ५४ बार लिखा है, और जो कि उनकी ‘ आविष्कृत प्राकृतिक चिकित्साका एक अद्वितीय ग्रन्थ है, के हिन्दीमें छपानेका ‘ समस्त व्यय दिया है, और इङ्गलिश आयुतिका समस्त भारभी अपनेही ऊपर ‘ लिया है । अतः देशको उक्त सेठजीका बहुत कुछ ऋणी होना चाहिये । क्योंकि ‘ उन्होने इस परोपकारमें सहायक होकर अपनी उदारताका परिचय दिया है । ”

इसलिए वास्तवमें प्रेसवालोंका रुपया न चुकाना यह सेठजीकी भूल है, क्योंकि वाम्बे वैभव प्रेस सर्वेन्ट्स आच इण्डिया सरीखी प्रतिष्ठित सोसाइटीका प्रेस है, वह सेठ करोड़ी मलजीसे उपरोक्त प्रमाणोंके आधारपर किसी प्रकार अपना धन प्राप्त करही लेगा । अतः अबभी उनको चाहिये कि वह प्रेसवालोंका शेष धन चुकादे । क्योंकि यदि वह सरलतासे रुपया न चुकावेंगे तो सम्भव है कि प्रेस द्वारा उनपर न्यायालयमें अभियोग चलाये जानेपर अधिक समय व्यतीत होनेसे प्रेस हमको शीघ्र समस्त पुस्तकें न देसके, जिससे प्रकाशनमें विलम्ब हो, और उनकोभी अधिक धनकी क्षति हो ।

हमें खेद है कि जिस उत्साहके साथ उस समय सेठ करोड़ी मलजीने बम्बई-वैभव प्रेसको प्राकृतिक विज्ञानके मुद्रणार्थ दो सौ रुपये एडवान्स दिये थे वैसे प्रेसवालोंने अपने वचनोका पालन नहीं किया । क्योंकि उक्त प्रेसवालोंने दो मासके भीतर समस्त पुस्तकका मुद्रण कर देनेकी बात कही थी किन्तु जब हम पहिली जेन्वरी सन् १९२४ ई० में बम्बईसे आगरे एक क्षयी पीडित रोगिनीकी चिकित्सार्थ गये थे तो उस समयतक समस्त पुस्तकका मुद्रण करनेके स्थानमें केवल ८० पृष्ठहीका मुद्रण किया था । इसके उपरान्त आगेरवाली रोगिनीके निमित्त इस लिए व्यर्थ हमने पाच मास आगरेमें नष्ट किये कि वह रोगिनी सेठ करोड़ी मलजीके साझीकी स्त्री थी । अतः यदि उसकी उपेक्षासे उसे लाभ न होता तो उक्त सेठजीके अपयशका कारण था । क्योंकि उन्हींके आग्रहपर हम आगरे गये थे । तत्पश्चात् हमारे इक्कीसवीं मेयको बम्बई लौट आनेपरभी एक तो प्रेसवालोंने बहुत मन्द गतिसे काम किया, द्वितीय सेठ करोड़ीमलजीके आग्रहके कारण प्रतिदिन हमको दो मास पर्यन्त माटुंगे एक रोगिनीकी चिकित्सार्थ जाना पड़ता था, तृतीय जून मासमें आगेरवाली रोगिनीभी बम्बई पहुंच गयी थी, जिससे उसेभी कई मास पर्यन्त यदा कदा

देखने जानाही पड़ता था, जिसके कारण न्यूनातिन्यून नित्य तीन घण्टे लगते थे, चतुर्थ उसी रोगिनीके पुत्रके ज्वरसे पीड़ित होनेके कारण षेड़ मास पर्यन्त कभी दिनमें दो बार और कभी एक बार नित्य प्रति महालक्ष्मी जानेको बाध्य होना पड़ा था । अतः ऐसेही झमेलोंके कारण सेप्टेम्बर मासभी समाप्त होगया और पुस्तकका मुद्रण समाप्त न हुआ । उस समयतक केवल ३५२ पृष्ठाही मुद्रण होने पाया था कि तीसवीं सेप्टेम्बर और पहिली आक्टूबरके मध्यवाली रात्रिको एक वज्रकर पैंतीस मिनिट्सपर हमारी छोटी बालिका मञ्जुलाने जन्म लिया, जिससे बहुत दिनतक हमारा समय नष्ट होनेसे पुस्तकका मुद्रण स्थगित रहा । इसके उपरान्त प्रेसवालोंने बहुत दिनतक इस लिए काम नहीं किया कि वह एक अन्य पुस्तकका मुद्रण करनेमें लगे हुए थे । तत्पश्चात् जिस आगरेवाली रोगिनीके साथ वम्बईमें रहनेका हम कुछ अधिक कालतकके लिए वचन दे चुके थे, और जिसके पतिने एक वर्षतक हमारे गृहस्थका भार अपने ऊपर ले रखनेको कहा था, जिसके कारण हम अपनी भार्या और ज्येष्ठ बालिकाको आगरेसे जाते समय साथ ले गये थे, उसके असभ्य व्यापारके कारण हमको जून माससेही पृथक् रहना पड़ा और कुछ दिनके उपरान्त उसके पतिने हमें निर्वाहमात्रका व्यय देनाभी वन्द कर दिया । क्योंकि वह क्षयी पीड़ित रोगिनी उस समय प्रायः उस दारुण रोगसे मुक्त हो गयी थी । अतः हमको फेब्रुएरी सन् १९२५ ई० में वम्बईसे आगरेको प्रस्थान करना पड़ा । क्योंकि यदि हम वम्बईमें गृहस्थके पोषणका भार अपने ऊपर लेते तो पुस्तकके मुद्रणार्थ मैटरकी रचना एवं प्रूफ संशोधनका कार्य कैसे होता । किन्तु जहाँतक हमें विश्वास है यह अवश्य सम्भव जा कि यदि हम अपनी इस कठिनाईको किसी स्वार्थी सेठ-साहूकारपर प्रगट करते तो निश्चय कुछ दिनके निमित्त हमें सुभीता हो जाता । किन्तु एक तो इस भयसे कि स्वार्थी मनुष्य एक पैसा देकर एक रुपया छीनेका विचार करते हैं, दूसरे याचना करना हमारे उद्देश्यके विपरीत होनेसे हम किसीसे सहायता लेनेका साहस न कर सके । क्योंकि हम चिरकालसे यही अनुभव प्राप्त करनेकी इच्छा करते थे कि देखो संसारमें कौन ऐसा नेत्रोंवाला मनुष्य है जो हमारी सेवाओंसे लान उठाकरही उनके स्थानमें हमारे दुःख दूर करनेकी चेष्टा करे । परन्तु संदेह है, आज पर्यन्त कोई ऐसा नेत्रोंवाला, विशेषकर वनिक सम्प्रदायमें, नहीं मिला, जिसने हमारी आपत्तियोंको देखकरही हमारी सेवाओंका प्रसाद विना याचना किये दिया हो । प्रत्युत हमें उस समयभी ऐसेही नेत्रोंवाले पाया पड़ा जिन्होंने

हमारी उस दीन-हीन दशमेभी हमें उस सीमातक आर्थिक हानि पहुंचायी, जिसके सहन करनेको हम असमर्थ थे। अतः हमको बम्बई छोड़नी पड़ी और अनुभवसे यही सिद्ध हुआ कि अग्निके साथसे पदार्थोंमें उष्णता आजाती है, हिमके स्पर्शसे प्रत्येक वस्तु शीतल होजाती है, परन्तु धनिकोंके साथसे हम सरीखे सेवक धनाढ्य होनेके स्थानमें औरभी दरिद्र होजाते हैं।

हम वाइसर्वाँ फ़ेब्रुएरीको आगरे पहुंच गये और बाबू पद्मचन्द जी मालिक जैन प्रेस, जौहरी बाजारकी कृपासे विना उनके किसी स्वार्थके हमको प्रेसवाले घरमेंही निवासार्थ स्थान मिल गया। किन्तु कुछ दिन रहनेके उपरान्त हमारे परम मित्र श्री० ठाकुर दया राम सिंहजी रईस सोमना जिला अलीगढ़के सुयोग्य पुत्र कुंवर रामसिंह जीको, जो उस समय आगरेमें रहते थे, हमारा ज्ञान हुआ और वह बलात् हमको वहासे अपने स्थानपर ले गये। उनके इस व्यापारकी हम कहांतक प्रशंसा करें। बस संक्षेपमें इतनाही कहना यथेष्ट है —

**गैर पढ़कर चल दिये, लाशेपे 'कनल-' के नमाज़,  
थे मरे जिनके लिए, उनकी वजूब बाकी रही।**

क्योंकि उस समयतक हमसे कुंवर जीकी कोईभी सेवा नहीं हुई थी, इसपर-भी उन्होंने अपने पूज्य पिताका हमसे घनिष्ठ सम्बन्ध होनेके कारण हमारे साथ ऐसा व्यवहार किया, और उन लोगोंने जिनकी हम अनेक निशुल्क सेवाएं कर चुके थे कभी बातभी न पूछी।

आगरे पहुंचकर हमने यह विचार किया था कि शीघ्र किसी प्रकार चिन्ता रहित हो 'प्राकृतिक विज्ञान-' के शेष मैटरकी प्रतिलिपि करके प्रेसको भेजेंगे; क्योंकि मौलिक लिपि हम इस लिए नहीं भेज सकते थे कि एक बार नोवेंबर सन् १९२३ ई० में प्रेसके फोरमेनने 'खान-पानके नियम' शीर्षक लेखके आदि निबन्धकी कुछ मौलिक पक्तियां अपनी असावधानीसे नष्ट कर दी थीं, जिनके स्थानमें हमको दुबारा लिखकर सतत्तरवें पृष्ठकी ग्याहरवीं पक्तियोंतकका मैटर देना पड़ा था। फोरमेन द्वारा नष्ट हुई पंक्तियोंका मैटर हम 'प्राकृतिक विज्ञान-' के तरेपनवीं मौलिक प्रति लिपिसे, जो कि उस समय ग्राम दीधी जिले बुलन्दशहरम रक्खी थी और जन्वरी सन् १९२४ ई० में हम ले आये थे, निम्न में देते हैं —



“सबसे पूर्व यह बात जाननेकी आवश्यकता है—भोजन करनेका सर्वोत्तम समय कौनसा है ? इसका उत्तर केवल यही है, कि पहिला ‘ भोजन दिनके उस समय होना चाहिये, जब हम रात्रिके सुखमय विश्रामसे ‘ नवजीवित होकर चैतन्य तथा प्रसन्न वदन हो सूर्योदयके ‘ समय शय्यासे उठते हैं । कारण यह कि क्षुधाका नियत समय वही है । इसीसे उस ‘ समय रात्रिके विश्रामसे हमारे आमाशयमें कुछ ऐसी चैतन्यता आजाती है कि ‘ जितनी सरलतासे वह किसी पदार्थको उस समय पचा सकता है दिनके अन्य किसी ‘ भागमें नहीं पचा सकता । परन्तु यदि उसको उस समय भोजन नहीं मिले तो ‘ उसकी उस नियत समयकी शक्ति दिनके अन्य किसी समयके लिए वैसेही स्थिर ‘ नहीं रह सकती जैसे एक विद्यार्थी या यात्री जो प्रातः सूर्योदयके समय मन्द, मन्द ‘ सुहावनी समीरमें जितना पाठ या यात्रा एक घण्टेमें समाप्त कर सकता है, निश्चय ‘ दिनके अधिक चढ़नेपर उतना पाठ या यात्रा सवा या डेढ़ घण्टेमेंभी न कर सकेगा ।”

किन्तु आगेमें अन्य कठिनायियोंके अतिरिक्त सबसे बड़ी आपत्ति यह आयी कि बाबू कन्हैया लालजी तसव्वुर, बी० ए०, म्यानी जिला शाहपुरवाले हमारे दुर्भाग्य या सौभाग्यसे मिल गये, और उन्होंने हमको धोखेमें डालकर हमसे दो सौ रुपये गुलनार बाईको एक थियेटरके कार्यके सञ्चालनके निमित्त अपनी साखपर एक सप्ताहके लिए दिलवा दिये, और वह रुपया ऐसा खर्चाईमें पड़ा कि आज पर्यन्त प्राप्त न हुआ । गुलनार बाईपर नालिश करनेमेंभी वकील महाशयकी कृपासे प्राय ९० रुपये व्ययमें आचुके हैं, जिसका उन्होंने कोई व्योरा नहीं दिया है और अबभी और व्यय मागही रहे हैं । इसके अतिरिक्त अदालती ००नेभी हमें बहुत कुछ तङ्ग करनेकी चेष्टा की है । हम तसव्वुर साहबके इस धोखेमें कभी नहीं आते, परन्तु उन्होंने गुलनार बाईके रुपया न देनेपर, अपने एक मात्र पुत्रकी शपथ लेकर स्वयं रुपया देनेका विश्वास दिलाया था । किन्तु खेद है उन्होंने अपने वचनोंका पालन न किया । इस लिए हम एक विरुद्ध चिन्तामें पड़ गये । क्योंकि वह रुपया हमारी स्त्रीका था । हां यदि हमारा होता तो कोई चिन्ताकी बात न थी । इसीसे ‘ प्राकृतिक विज्ञान-’ की प्रतिलिपि करके प्रेसमें नेजनेके लिए उस चिन्तासे छुटकारा न होता था । क्योंकि प्रत्येक समय हमारी भार्या रुपयोंका उल्लाना देती रहा करती थीं । किन्तु वास्तवमें गुलनार बाई या तनव्वुर साहबने रुपया न चुकाकर जहां हमें इतना कष्ट दिया और पुस्तकके मुद्रणके

विलम्बका कारण हुए वहा उनके द्वारा इतना उपकारभी हुआ कि रुपयेके झमे-  
लेमें हम बहुत कुछ प्रयत्न करनेपरभी आगरा न छोड़ सके, और कुंवर राम सिंह-  
जीकी कृपासे हम अजमेरके एक क्रिमिनल अभियोगसे जो कि ' प्राकृतिक  
विज्ञान-' के कारणही हमपर चला या निर्दोष प्रमाणित होनेपर मुक्त हो गये ।

इस प्रकार अनेक कठिनायियोंके होते हुएभी हमने जेन्वरी सन् १९२६ ई० में  
फिर ' प्राकृतिक विज्ञान-' के मैटरकी प्रति लिपि करके प्रेसको भेजना आरम्भकी ।  
निदान् शेष चार फॉर्म का मैटर डेसम्बर सन् १९२६ ई० के पहिले सप्ताह में मुद्रित  
होकर समाप्त हुआ ।

यदि प्रेसमें ' खान-पान के नियम ' शीर्षक वाले निबन्धके आरम्भके मैटर-  
की पंक्तियां फोरमेन द्वारा नष्ट न होती तो निस्सन्देह हम समस्त पुस्तकका  
मौलिक मैटर प्रेसको दे देते और सन् १९२४ ई० के अन्ततक  
समस्त पुस्तकका मुद्रण होकर प्रकाशन होजाता । परन्तु उस मैटरके नष्ट हो  
जानेसे हम इतने भयभीत हो गये थे कि प्रेसको समस्त पुस्तकका मौलिक मैटर  
देनेका साहस न हुआ, और हमें उपरोक्त चिन्ताओंसे मैटरकी प्रतिलिपि करके  
प्रेसको भेजनेका अवकाश न हुआ । अतः इस विलम्बका हेतु प्रेसही है ।

इतनी आपत्तियोंके होते हुएभी आज ' प्राकृतिक विज्ञान ' हिन्दी प्रेमियोंके  
हाथोंमें यह दिखानेके निमित्त आरहा है कि सत्य और असत्यमें क्या अन्तर है ।  
अत हमे इससे बढकर अन्य क्या प्रसन्नता हो सकती है कि गिरते-पड़ते अन्तमें  
किसी न किसी प्रकार हमारे धैर्यसे रहनेपर हमारा जीवनोद्देश्य उस अंशतक सफल  
हो गया कि अब हमारी मृत्युभी हो जाय तो यह कार्य न रुकेगा और हम मरते समय  
बहुत शान्तिसे इस जीवन यात्राको समाप्त करेंगे । अतएव इसके लिए हम पहिले उनको  
जिन्होंने हमारे मार्गमें कठिनायिया उपस्थित की हैं और पीछे उनको जिन्होंने पुस्तकके  
मुद्रणमें सहायता दी है वन्यवाद देते हैं । क्योंकि यदि उन महाशयोंकी कृपासे  
कठिनायिया उपस्थित न होती तो हममें इतनी दृढता कदापि न आती । अतः इसके  
लिए हम बिजनौर, प्रयाग, दिल्ली और अजमेरवाले प्रेसों एवं अपने एक  
स्वार्थी मित्रको जिसने इसी पुस्तकके सम्बन्धमें दो सौ रुपयेकी नालिश करके हमसे  
एक अन्यायी मुन्सिफ़ द्वारा, जिसकी अदलीमें उसका पिता चपरासी था,  
और जिसके पुत्रोंको वह पढ़ाता था, अन्यायसे पाच सौ रुपये प्राप्त किये, हृदयसे  
वन्यवाद है ।



संस्करणभी निकाला जाय । इसके अतिरिक्त हमने अपने संक्षिप्त भाषणमें बहुत कुछ हिन्दोस्थानी भाषामें लिखनेका प्रयत्न किया है जिससे समस्त जन संक्षेपमें हमारी चिकित्सा विधिको पूर्ण रूपेण समझ सकेंगे ।

हम हिन्दी भाषासे अपरिचित होनेके कारण अपने उन दोषोके निमित्त क्षमा प्रार्थी हैं जो हमसे होना स्वाभाविक है । इसके अतिरिक्त हम पुस्तकमें उन अनुद्धियोंके निमित्तभी क्षम्य हैं जो प्रूफ संशोधनमें हमारे अनुपस्थित ध्यानके कारण रह गयी हैं । क्योंकि अनेक चिन्ताओंसे एवं प्रत्येक समय कुछ न कुछ खोज करते रहनेके स्वभाववश बहुधा प्रति क्षण हमारी मानसिक शक्तिया किसी दूसरेही कार्यमें जुटे रहनेसे प्रूफ संशोधनका कार्य कभी हमसे ठीक नहीं हो सकता और प्रेसमें हिन्दी भाषाका कोई प्रूफ रीडर न होनेसे प्रेसकी यह पूरी वेगार हमेंही भुगतनी पड़ी थी ।

पुस्तकमें अनेक स्थानोंपर टूटे अक्षरोंका मुद्रण हुआ है और कहीं, कहीं तो कोई, कोई अक्षर उभराही नहीं है, और किसी पृष्ठमें पंक्तियोंकी कुछ संख्या है और किसीमें कुछ । परन्तु इसके लिए हम दोषी नहीं हैं । क्योंकि यह प्रेस-वालोंकी असावधानीका कारण है । उनसे मुंह मागा मूल्य ठहरनेपरभी खेद है पुस्तकमें यह त्रुटिया शेष रहीं, और उनके असाधारण विलम्बके कारण हमको आर्थिक क्षति और अवतक प्रचार करनेमें रुकावट हुई है । इसके अतिरिक्त यदि पुस्तकका शीघ्र मुद्रण हो जाता तो सेठ करोड़ी मलजीभी प्रसन्नतापूर्वक प्रेसका विल चुका देते । क्योंकि उनके ग्यारहवाँ एप्रिल सन् १९२५ ई० के पत्रसे स्पष्ट है कि उस समय उनकी नियत ठीक होनेके कारण वह विल चुकानेको प्रस्तुत थे । परन्तु इसपरभी हमको इस लिए इस प्रेससे विशेष सहानुभूति है कि यह एक ऐसी सोसाइटीका प्रेस है, जो देशकी भरसक सेवा कर रही है; और इसीसे हमने सेठ करोड़ी मलजीको इस प्रेसमें पुस्तकका मुद्रण करानेकी सम्मति दी थी ।

हमें खेद है कि हम धनाभावसे प्राकृतिक विज्ञानमें अनेक आवश्यक चित्र नहीं देसके । क्योंकि इस विषयमें कई बार सेठ करोड़ीमलजीको लिखनेपरभी क्लक बनवानेके निमित्त उन्होंने एक पैसातक व्यय नहीं किया । इस लिए जो बहुतही आवश्यक चित्र थे वह हमने अशक्त हो स्वयं बनाये हैं, जो कि क्लक बनानेके यथोचित यन्त्र न होनेसे बहुत भद्दे हो गये हैं । केवल भूमिकाके चित्र अवश्य सेठजीके व्ययसे बने हैं । परन्तु पुस्तकके दूसरे संस्करणमें यह त्रुटि दूर करदी जावेगी,

और रोगियोंके विवरणके साथ जो महाशय ( रोगी ) अपने चिकित्सा-कालसे पूर्व एवं पश्चात्के चित्र भेजेंगे, उनकाभी मुद्रण किया जावेगा ।

निस्सन्देह ' प्राकृतिक विज्ञान-' का मूल्य पांच रुपये आठ आने बहुत है । किन्तु वास्तवमें यह कुछभी नहीं है । क्योंकि एक बार ' प्राकृतिक विज्ञान-' को भले प्रकार समझ लेनेपर सदाको डाक्टरोंके भारी, भारी बिलोंसे पीछा छूट जाता है और उसके अनुसार रहन-सहन रखनेपर कभी शरीर रोगी या अकाल मृत्युका प्रास नहीं होता । इतना अधिक मूल्य हमने केवल इस लिए रखा है कि ' प्राकृतिक विज्ञान-' को हमने पचपन बार लिखनेका परिश्रम किया है और उसके हेतु समस्त जीवन आपत्तियोंमें व्यतीत कर देनेके अतिरिक्त सहस्रो रुपयेकी क्षति उठायी है । परन्तु इसपरभी हम असमर्थ जनोंको साढ़े पांच रुपयेमें पुस्तक देनेके अतिरिक्त विना फीस सम्मति देनेको प्रस्तुत हैं ।

पुस्तकके मुद्रणमें इतना विलम्ब होते हुएभी हम प्रेसवालोंको इस लिए धन्यवाद देते हैं कि उनका व्यापार हमारे प्रति पूर्ण सयताका रहा

**हमारा धन्यवाद** है; और उन्होंने अन्य प्रेसोंके समान यह नहीं किया कि किसी प्रकार धोखा देकर आख दिखा दें । सन्

१९२३ ई० वाले सेठ करोड़ामलजीके अतिरिक्त यदि हम अपने जीवनमें किसीको धन्यवादका पात्र कह सकते हैं तो वह हमारी स्त्री या श्रोत्रिय कृष्ण स्वरूपजीही हैं । क्योंकि जब हमने सद्धर्म प्रचारक प्रेस दिल्लीमें ' प्राकृतिक विज्ञान ' मुद्रणार्थ दिया था उस समय समस्त मित्रों एवं सम्बन्धियोंकी परीक्षार्थ रुपयेकी अपील करनेपर केवल सवा सौ रुपयेकी सहायता हमारी स्त्रीने दी थी और विना व्याज पचास रुपयेका ऋण श्रोत्रियजीने दिया था, जोकि उस प्रेसवालोंकी कृपासे अभीतक हमारे ऊपर है । इसके अतिरिक्त श्रोत्रियजीने जिन, जिन ग्राहकोंको उनके द्वारा हिन्दीमें अनुवादित डाक्टर कोहनीकी पुस्तक गयी है, उसकी सूची देनेकाभी वचन दिया था; प्रत्युत पाचसौ ग्राहकोंकी सूची वह हमको प्रेषितभी कर चुके हैं और शेषके भेजनेके विषयमें विश्वास दिलाया है । इसमें कोई संदेह नहीं कि श्रोत्रियजी अक्षरशः कोहनी प्रणालीके अनुयायी हैं, परन्तु वह इतने उदार हैं कि उनसे सत्यका प्रचार करनेके निमित्त सभी लाभ उठा सकते हैं । अतः हम उक्त श्रोत्रियजीको हृदयसे धन्यवाद देते हैं । इसके उपरान्त हम अपने

मित्र पं० हरिवंश रायजी वेदी, इन्जीनियरको धन्यवाद देते हैं। क्योंकि उन्होंनेभी उस समय हमारी अपीलपर बीस रुपयेकी आर्थिक सहायता दी थी; और शेष उन महानुभावोंकोभी हम धन्यवादका पात्र समझते हैं जो हमारे मित्र, हितैषी और सम्बन्धी बननेकी लम्बी हाका करते थे। क्योंकि उन्होंने हमारे अपील करनेपर यह सिद्ध करके कि ससारमें वास्तविक हितैषी कौन हैं हमें उनसे दूर रहनेकी चेतावनी देदी।

इसमे कोई सन्देह नहीं कि जर्मनी एवं अमेरिकाके जल चिकित्सकोंसे हमारा बहुत मतभेद है। परन्तु वास्तवमे उन्होंने औपयिकोंके विपरीत आन्दोलन उठाकर रोगी जनोका बहुत उपकार किया है, और उनके इस आन्दोलनके कारण समस्त सभ्य ससारमे कुछ ऐसी जागरिति हो गयी है कि 'प्राकृतिक विज्ञान'का प्रचार होनेमे उतनी कठिनता न होगी, जितनी किसी समय जल चिकित्साकी पुस्तकोंके प्रचारमें हुई थी। अतः हम उन जल चिकित्साकी वेदीपर बलि होनेवाले विद्वानोंको, जिन्होंने प्राकृतिक चिकित्साके निमित्त क्षेत्र बनाया है, हृदयसे धन्यवाद देते हैं।

हम अपने मित्र अधिकारी जगन्नाथदासजीको उनके द्वारा बहुत कुछ आर्थिक क्षति और समयका नाश होनेपरभी इस लिए हृदयसे धन्यवाद देते हैं कि वह वास्तवमे बहुत सज्जन हैं और उन्हींके साथ कुछ दिन बम्बई रहनेपर हमारा बाबू राधारमणजी भार्गवसे परिचय हुआ था और उनकी एवं उनकी स्त्रीकी चिकित्सा करनेपर सेठ करोड़मलजीको हमारी चिकित्सा विधिका महत्व प्रगट होने और अपने अनेक रोगियोंकी चिकित्सा करानेके हेतु उन्होंने पुरस्कार रूपसे हमारे लिए पुस्तकका मुद्रण करानेका भार अपने ऊपर लिया था।

जिस समय हमने सबसे पूर्व 'प्राकृतिक विज्ञान' लिखना आरम्भ किया था, उस समयभी हम धनके अभावसे उसका मुद्रण सुन्दर रूपमें नहीं करा सकते थे। इस लिए कभी, कभी हमारी लेखनी बहुत शिथिल हो जाती थी। परन्तु इसके लिए हम हृदयसे श्रोत्रिय जगदीश दत्त एवं पुरुषोत्तम दत्तके ऋणी हैं। क्योंकि यद्यपि उन्होंने पुस्तकका मुद्रण नहीं कराया, परन्तु उनके आश्वासन द्वारा हमारा उत्साह वृद्धिको प्राप्त होता गया और फिर ज्यों, ज्यों आपत्तियोंका सामना हुआ त्यों, त्यों उत्साह बढ़ता गया।

वास्तवमें 'प्राकृतिक विज्ञान—'की रचनाका मूल कारण हमारे पिताका यह कहना—पेड़े या खोवे-(मावे) का सेवन करना इस लिए उचित नहीं कि वह अग्नि द्वारा रसोंके जल जानेपर नीरस हो जानेके कारण शरीरमें रक्त नहीं बनाता, प्रत्युत वह शरीरके रसोंकाभी शोषण करके उसे हानि पहुंचाता है, हमारी माताका औषधियों द्वारा मरण होना, औषधियों द्वारा हमारा यकृत रोग दूर न होना, कुत्तेसे काटे जानेपर चचाकी आज्ञापर हम उस पथ्यपर रहनेको बाध्य होनेपर, जिसमें हमें विश्वास नहीं था, हमारे अनेक पदार्थोंके त्यागन करने, और हमारी पहिली स्त्रीका अठारहवीं डेसेम्बर सन् १९१४ ई० में क्षयी रोगसे पीड़ित होकर मृत्युको प्राप्त होना है। क्योंकि पिताजीके उपरोक्त उपदेशके कारणाही किसी ऐसे रासायनिक पदार्थका खोज तो न चला जो पेड़ों या खोवेसे अधिक रक्तकी उत्पत्ति कर सके, परन्तु यह ज्ञान अवश्य हो गया कि रक्त एवं जीवनकी वृद्धि करनेवाले पदार्थोंमें मनुष्यका प्राकृतिक आहार रसीले फलोंकाही है; और माताकी मृत्यु एवं अपने यकृत रोगसे पीड़ित होनेके कारण हमें यह विश्वास हो गया कि औषधियों द्वारा चिकित्सा करना अद्योपान्त कृत्रिम है; और हमारे कुत्तेसे काटे जानेपर हमें समस्त पदार्थोंके त्यागनेका अभ्यास हो गया, जिससे आगे चलकर यह निर्णय करनेमें बड़ी सहायता मिली कि मनुष्यका वास्तविक आहार क्या है; और अपनी क्षयी पीड़ित स्त्रीके रोगग्रस्त एवं मृत्युको प्राप्त होनेसे जल चिकित्साओकी रहीं सही नुटियाभी नयनगोचर हो गयीं। अतः इसके लिए हम अपने पिता, माता ज्येष्ठ चचा और अपनी पहिली स्त्रीके आभारी हैं।

हम उन रोगियोंकोभी अनेकानेक धन्यवाद देते हैं जिन्होंने धैर्यके साथ हमको अपनी चिकित्साका अनुभव करके सफलता प्राप्त करनेका अवसर दिया है।

हम यहापर अपने पिता के मित्र राववहादुर बाबू श्याम सुन्दर लाल जी, सी. आई ई. कोभी इस लिए धन्यवाद देते हैं कि सन् १९१४ ई में हम अपनी पहिली स्त्रीकी मृत्युसे ऐसे शोकातुर हो गये थे कि हमको संसारके समस्त कायों-में वैराग्य हो गया था, और उन्होने उस समय हमको अपने उपदेशों द्वारा उस शोक-नागरसे निकाल कर इस योग्य कर दिया कि हम पुनः प्राकृतिक चिकित्साकी उन्नतिमें लग गये, और सन् १९१५ ई० में 'प्राकृतिक विज्ञान—' का लिखना शान्तिपूर्वक आरम्भ कर दिया, अतः इसके लिए हम उनसे सदा ऋणी रहेंगे।

हम अपने पिता के मित्र लॉर्ड जे एस. मैस्टन कोभी इस हेतु हृदयसे वन्यवाद देते हैं कि हम समाचार पत्रों आदिमें लेख देकर एवं उनको असाधारण पत्र लिखकर बहुत कुछ व्यर्थ समय नष्ट किया करते थे, जिससे 'प्राकृतिक विज्ञान—' की रचनाको बहुत कुछ क्षति पहुंचती थी, किन्तु उनके निम्न पत्रसे, जो कि उन्होंने हमारे पिताको हमारे विषयमें लिखा था, हमको ऐसी शिक्षा मिली कि हमारा वह व्यसन छूट गया और हम 'प्राकृतिक विज्ञान' लिखनेको यथेष्ट समय बचा सके। अतः हम उनके इस उपकारको कभी नहीं भूल सकते हैं, और उनके उस पत्रकी प्रति लिपि निम्न में देते हैं —

Lieutenant Governor's Camp,

UNITED PROVINCES.

Lucknow, the 24th March 1916.

Dear Pandit Sahib,

I am much obliged for the photographs of His Highness and family which you very kindly sent me. I am glad to hear of the excellent state of affairs in Ajaigarh State and I am sorry that I did not see His Highness at Benares. I hope that you are well yourself, and that your son is now devoting himself to some useful employment instead of wasting his labour upon newspapers and writing foolish letters.

Yours very truly,

Sd. J. S. MESTON.

Pandit Banwarilal Misra,

C/o His Highness the Maharaja,

Ajaigarh State,

BUNDELKHAND.



अब अन्तमें हम सबसे अधिक धन्यवाद कुंवर राम सिंहजी, को जो कि हमारे परम मित्र श्री ठाकुर दयाराम सिंहजी रईस सोमना, जिला अलीगढ़के पुत्र हैं, देते हैं, जिनकी कृपासे हम एक मिथ्या एवं दाक्षिण अभियोगसे मुक्त हो कर पुनः प्राकृतिक विज्ञानका प्रचार करनेके निमित्त इस क्षेत्रमें आये हैं ।

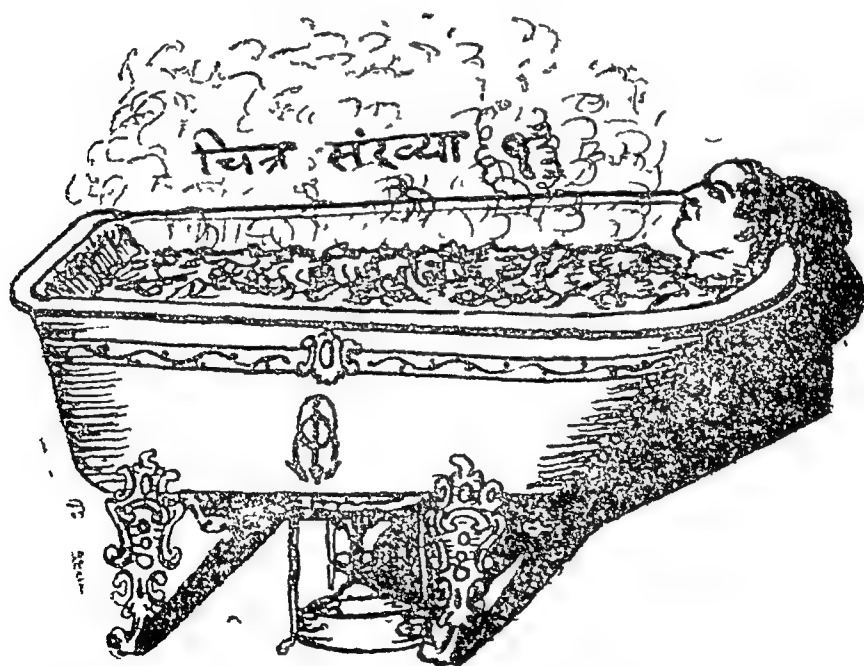
यद्यपि हमारी इच्छा थी कि हम अवतारकी अपनी समस्त जीवनी एवं आप-  
 तियोंका कथन करें, परन्तु ऐसा करनेके निमित्त हम कई  
 . हमारी कारण वश अशक्त हैं, और सबसे बड़ा यह हेतु है कि पच्चीस  
 प्रार्थना मार्च सन् १९२६ ई० को रंगूनमें किसी दुष्टने हमारी जेबसे  
 लेखनी ( Water man's Self Filling Fountain-pen ) निकालकर हमें अपाह्न कर दिया है । अतः हम अपने पाठकोंसे इसके  
 निमित्त क्षमा प्रार्थना करते हुए यही निवेदन करते हैं कि वह सत्य और असत्यका  
 निर्णय करनेके हेतु बारम्बार प्राकृतिक विज्ञानका अध्ययन करें । क्योंकि जितनी  
 बार उसका पाठ किया जायगा उतनीही बार मस्तिष्कमें प्रकृतिका नूतन चमत्कार  
 अनुभव होगा । हम उसका अनेक बार पाठ करनेकी केवल इसी हेतु अपने पाठकोंसे  
 प्रार्थना करते हैं, जिससे वह हमारे सच्चे अनुयायी बनकर मन, काया, वचन एवं अपनी  
 सम्पत्तिसे प्राकृतिक चिकित्साका प्रचार करके समस्त संसारके रोगियोंको विना  
 किसी पक्षपात एवं अनुचित स्वार्थके लाभ पहुंचावें, प्रत्युत हो सके तो शीघ्राति

स्थान नहीं मिला है, जहाँ बैठकर हम शान्तिपूर्वक चिकित्सालय एवं विद्यालय स्थापित कर सके। अतएव इसके अतिरिक्त कि हम अपने प्रिय अनुयायियोंसे इसके लिए प्रार्थना करें अन्य कोई उपाय नहीं है। अब आशा है कि पाठकोंके हृदयमें दयाके भाव उत्पन्न होंगे और वह हमारी इस प्रार्थनापर अवश्य ध्यान देंगे। इसमें कोई सन्देह नहीं कि हमभी जब और जिस विशाल नगरमें चाहें चिकित्सालय एवं विद्यालय स्थापित कर सकते हैं। परन्तु इससे इसके अतिरिक्त कि हम सम्पत्तिशालियोंसे मन माना वन लेकर सुखसे जीवन व्यतीत करें, दरिद्र रोगियोंको कोई लाभ न होगा, और वास्तवमें यह हमारे लिए सच्चा सुखभी न होगा। हमारे जीवनको सुखी बनानेकी सामग्री तो उन्हीं दीन रोगियोंकी सेवा करके उन्हें लाभ पहुँचाना है, जो धनाभावसे दारुण रोगोंसे पीड़ा पाकर अकाल मृत्युके ग्रास बनते हैं। परन्तु उनकी सेवा करनेके लिए सबसे पहिले यह आवश्यक है कि कोई महाशय चिकित्सालयके निमित्त इतनी पुष्कल, और ऐसे स्थानमें जहाँका जल-वायु रोगियोंके अनुकूल हो, और जिसकी उपज अच्छी हो, भूमि प्रदान करें, जिसमें रोगियोंके आहारके निमित्त फलोंकी कृषि हो सके, और रोगियोंके निवास स्थानादि बनाये जा सकें। इसके पश्चात् पुष्कल धन एवं चिकित्सालयका प्रबन्ध करनेवालेके अतिरिक्त हृदयसे रोगियोंकी सेवा करनेवाले धर्मात्माओंकीभी आवश्यकता है। अतः जो महाशय यश एवं पुण्यके भागी होना चाहते हैं वह शीघ्र कमर बांधकर इस समर क्षेत्रमें पदार्पण करें। परन्तु जो महाशय केवल ख्यातिके कारण या किसी स्वार्थवश इस आन्दोलनमें भाग लेना चाहते हैं उनसे प्रार्थना है कि वह कृपाकर दूरही रहें तो उचित है। हमें रोगियोंका दुःख दूर करनेके निमित्त केवल उन उदार वीरोंकी आवश्यकता है जो स्थायी रूपसे कार्य करना चाहते हैं, और जिनके हृदयमें दुःखी जनोंके प्रति सहानुभूति है।

अब हम अपने उन रोगियोंसे जो 'प्राकृतिक विज्ञान' के अनुसार अपनी चिकित्सा करें निवेदन करते हैं कि वह आरोग्य होनेके उपरान्त हमको कमसे कम अपना समस्त विवरण लिखने एवं अपने चिकित्सा कालके पूर्व और पश्चात्के चित्र भेजनेकी कृपा करें, जिससे आगामी संस्करणमें उनका प्रकाशन हो सके। इसके अतिरिक्त प्रत्येक रोगीको प्राकृतिक चिकित्सासे लाभ होनेके उपरान्त अन्य रोगियोंको उससे लाभ पहुँचाना अपना कर्तव्य समझना चाहिये।

जबतक प्राकृतिक चिकित्साका कोई विद्यालय स्थापित न हो तबतक जो महा-शय प्राकृतिक चिकित्सा शास्त्रसे प्रेम रखते हो और वह कम पूर्वक उसका अध्ययन करना चाहें तो हम पत्र व्यवहार द्वारा उन्हें शिक्षा देकर परीक्षामे उत्तीर्ण होनेपर एन० डी० सी० ( Doctor of Nature Cure ) की पदवी प्रदान करेंगे । परन्तु इसके लिए समस्त नियम पत्र द्वारा ज्ञात होंगे ।

हम समस्त जगत्की भाषाओंके विद्वानोंसे प्रार्थना करते हैं कि वह अपनी उदारताका परिचय देनेके लिए मनुष्य समाजके लाभार्थ ' प्राकृतिक विज्ञान—' का अन्य भाषाओमें अनुवाद करनेके निमित्त हमे उसका प्रचार करनेके हेतु सहायता दें । इसके उपरान्त हम उन मिकेनिकल इंजीनियरोंसे प्रार्थना करते हैं, जिनके हृदय मन्दिरमें हमारी चिकित्सा विधिको स्थान मिले, कि वह हमारे



लिए निमाङ्कित चित्रोंपर ध्यान देकर अन्तिम चित्रकी आकृतिका यन्त्र बनानेकी कृपा करें, जिससे रोगी समाजका भला हो । इसके अतिरिक्त चित्र संख्या एककी आकृतिके

टव बनानेकाभी उद्योग करे, जिसके भीतर चारों ओर टवसे चिप्टी हुई और तलीमे टवकी तलीसे ६" ऊपर काष्ठकी तह लगी हुई है और तलीवाले काष्ठमें एक, एक इञ्चके व्यासके छिद्र है। किन्तु इस बातका ध्यान रहे कि इन यन्त्रोको इस प्रकार बनाया जाय कि अधिक मूल्य न पड़े, जिससे दीन रोगीभी लेनेको समर्थ हों। हमारी सम्मतिमें चित्र संख्या एकवाला यन्त्र ऐसे आकारका बनाया जाय, जिसमे पूरा मनुष्य लेट शिरको छोड़ समस्त शरीरको जलमे डुवाकर ताप ले सके, और टवके पाय इतने ऊंचे हों कि उसके नीचे जलको तप्त करनेके लिए स्टोव रक्खा जा सके। इसके अतिरिक्त साधारण कठोर काष्ठके स्थान में यदि कार्ककी तह लगायी जाय तो अति उत्तम है और काष्ठकी तह ऐसी गोलायीके साथ लगायी जाय जिससे रोगीको लेटनेमें दुःख न हो।



अवतक हम बहुत दिनसे चित्र संख्या दोका यन्त्र, जो कि आलू कुचलनेके काममे आता है और चीनी एव लोहेका बना हुआ है उष्ण जल द्वारा तप्त वस्त्रोको निचोड़नेमें काम लाते रहे हैं, किन्तु उसमे एक दुःख यह है कि उससे वस्त्र निचोड़नेमें यह कठिनाई होती है कि उसको दवानेके लिए



वाम पग कुर्सी या स्टूलपर चित्र संख्या तीनमें वस्त्र निचोड़ने वाले मनुष्यके समान ऊपर रखना पड़ता है, जिससे ताप पहुंचानेवाले मनुष्यको बहुत कष्ट होता है। इसके अतिरिक्त प्रतिवार वस्त्र उष्णजलके पात्रमें भिगोकर उसमें निचोड़नेके निमित्त भरने पड़ते हैं, जिससे एकतो वस्त्रोको पकड़नेके लिए चिमटेका प्रयोग करना पड़ता है, दूसरे कभी, कभी पात्रसे वस्त्र निकालते समय केवल तनिक असावधानीके कारण उसके इधर उधर जल गिर जानेसे स्टोवके बुझनेका भय रहता है। अतः हमने चित्र संख्या चारकी आकृतिके यन्त्रका एक डिजाइन किया

WIRINGER.

बल्ल

निचोड़नेका

यन्त्र

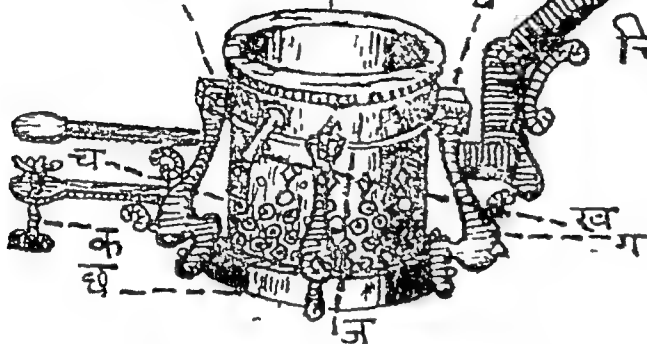
च

घ

झ

ञ

चित्र संख्या ४.



है, जिसमें एक स्थानपर क स्क्रू लगा होनेसे वह स्ट्रल या कुर्सीमे कसा जा सकता है, और फिर उसके द्वारा बल्ल निचोड़नेवालेको उसे अपने वाम पगसे न दबाना पड़ेगा। इसके अतिरिक्त उसमें ऊपरवाले ज कालरके स्थानपर एक ख हैंडिल लगा हुआ है जिसको पकड़कर बल्ल निचोड़नेवाला च पात्र ( सिलेन्डर ) बल्लसे भरकर नीचे जलवाले पात्रमे बल्ल भिगोनेके निमित्त नीचेवाले छ कालरपर उतारा जा सकता है और फिर उठाकर उपरके कालरके घ हुक नीचेवाले छ कालरपर खड़ी हुई ग खूटियोंपर रक्खके बल्ल निचोड़नेके निमित्त झ पिस्टन द्वारा सरलतासे निचोड़ा जा सकता है। परन्तु खेद है कि धनाभावसे अभीतक हम ऐसा कोई यन्त्र नहीं बनवा सके हैं, और किसी मिस्त्री या इन्जीनियरने हमारी यन्त्र बनानेकी प्रार्थनाभी स्वीकार नहीं की है। हा, केवल वावू रघुनाथ प्रसादजी-, सेठ करोड़ी मलजीके भाजेने, जो कि सात, आठ वर्षसे गठियासे पीड़ित होनेपर हमारी चिकित्सासे रोगसे मुक्त हुए ये, प्राकृतिक विज्ञानके १७४ पृष्ठपर जिस यन्त्रका चित्र है वैसे कुछ यन्त्र काष्ठके बनवाये ये। किन्तु एकतो उन्होने इस लिए उसका मूल्य अधिक रक्खा था, कि उनको

बढ़ियोंने बहुत दुःख दिया था, दूसरे थोड़े यन्त्र बनवानेमें मूल्यभी अधिक पड़ था, तीसरे वहाँ काष्ठका भावभी अधिक था, और चौथे वहभी उससे अधिक लाभ चाहते थे। इसके अतिरिक्त वह यन्त्र बहुत भारी, भद्दा और शीघ्र बिगड़ जानेवाला था, इस लिए हम उससे सन्तुष्ट नहीं हुए। अतएव इन्जीनियरोंसे प्रार्थना है कि वह हमारी इसमें सहायता करें।

हम गृहहीन होनेके कारण आज पर्यन्त किसी एक स्थानपर नहीं रहते हैं। अतः हमसे पत्र व्यवहार करनेका ठिकाना उस समयतक जबतक कि हमको स्थायी रूपसे निवास करनेको कोई एक स्थान न मिले निम्नमें है:—

द्वारा मैसर्स वल्लभ एण्ड सन्स,

कर्ण रोग विशेषज्ञ

पीलीभीत, यू० पी०,

इन्डिया

C/o Messrs. Vallabha & Sons,

Ear specialists,

Pilibhit, U. P. India.

अब केवल इतनाही लिखकर हम पुस्तककी भूमिकाको समाप्त करते हैं; और पाठकोंसे अपनी त्रुटियोंके लिए क्षमा प्रार्थी हैं।

वृहस्पतिवार,  
तेरहवीं,  
जेन्वेरी,  
१९२७ ई०

पी० आचार्य-

# अनूठा स्वप्न

नामक उपन्यास, जिसको डॉ० पी० आचार्यने एक  
अनूठे ढङ्गसे लिखकर अपनी अनौखी  
लेखनीका परिचय दिया है,

वास्तवमें

अपने रूपका एक अपूर्व और मौलिक ग्रन्थ है ।

इसमें

लेखकने बताया है कि बालकोको किस प्रकार शिक्षा देनी चाहिये, उनको  
नीरोग रखनेके साधन क्या होने चाहिये, और उनके रोगोंकी चिकित्सा  
कैसे की जाय । इसके आतिरिक्त बड़े, बड़े आश्चर्यजनक रहस्यों और  
गुप्तचरोंके अलौकिक कृत्योंका कथन किया गया है, और शासन,  
समाज, व्यापार, शिल्प, विज्ञान एवं स्वास्थ्यादिके सम्बन्धमें  
बहुत कुछ प्रकाश डाला है और प्रत्येक पंक्तिको  
इतना रोचक लिखा है कि कोई व्यक्ति बिना  
पुस्तकको समाप्त किये नहीं रह सकता ।  
यह उपन्यास शीघ्र प्रकाशित होनेवाला है ।

मैनेजर प्राकृतिक विज्ञान कार्यालय ।



## संक्षिप्त भाषण

---

प्रिय पाठकगण,

हमारी कल्पना ( थ्योरी ) यह है कि जिस प्रकार एक घर लोहे, लकड़ी और पत्थर आदिसे मिलकर बना होता है उसी प्रकार हमारा शरीर रक्त, मांस, चर्बी, और हाड आदिसे मिलकर अनेक अवयवों द्वारा बनता है, और जैसे कोई पत्थर अनेक निर्जीव परमाणुओंके मिलनेपर तैयार होता है वैसेही हमारे शरीरका कोईभी अवयव असंख्य जीवन-कोषों-( सजीव परमाणुओं ) के मिलनेपर बनता है। केवल अन्तर इतनाही है कि पत्थरके परमाणु निर्जीव होते हैं और हमारे शरीरके जीवन-कण सजीव होते हैं। सारांश यह है कि हमारा शरीर उसी प्रकार असंख्य जीवाणुओंका समूह है जिस प्रकार एक पत्थर असंख्य परमाणुओंका समूह होता है।

अतः जैसे पत्थरका छोटेसे छोटा एक परमाणु उससे पृथक् होनेपरभी वह कुछ न कुछ क्षीण हो जाता है वैसेही हमारे एक जीवन-कणका नाश होनेपरभी हमारे शरीरका कुछ न कुछ जीवन कम हो जाता है, अर्थात् उसके उतनेही भागकी मृत्यु हो जाती है; और जिस प्रकार परमाणुओंके एक, एक करके पृथक् होनेपर एक दिन समस्त पत्थरका इति हो जाता है उसी प्रकार एक, एक करके जीवन-कोषोंका नाश होनेपर किसी न किसी दिन शरीर मृत्युको प्राप्त हो जाता है । अतएव हमारे एक जीवन-कणकी मृत्यु होनेसेभी हमारीही मृत्यु होती है ।

हमारे शरीरके जीवन-कण किसी न किसी मात्रामें हमारी इच्छित और अनिच्छित क्रिया-ओंसे इस लिए प्रत्येक समय क्षीण होते रहते हैं कि इस प्रकार धीरे, धीरे जीवन-कोषोंका इति होनेपर एक न एक दिन हमारी मृत्यु होना है । सारांश यह है कि जिस प्रकार दीप-

कमें, धीरे, धीरे तैल जलनेपर किसी न किसी समय समस्त तैल जलकर समाप्त हो जानेपर दीपकका इति हो जाता है उसी प्रकार धीरे, धीरे समस्त जीवन-कणोंका इति हो जानेपर हमारे शरीरकी विना किसी रोगसे पीड़ित हुए शान्तिसे मृत्यु हो जाती है । किन्तु प्रकृतिके विपरीत रहन-सहन रक्खनेसे आवश्यकतासे अधिक जीवन-कणोंका नाश होनेपर हम वैसेही रोगी या उसके द्वारा समयसे पूर्व कष्टके साथ मृत्युके ग्रास बन जाते हैं जैसे वह दीपक, जिसमें एक बत्तीके लिए रात्रिभर जलनेका तैल है चार बत्तियां डालकर जला देनेसे चौथाई रात्रि व्यतीत करनेपर बुझ जाता है ।

हमारे शरीर, उसके प्रत्येक अवयव, और जीवन-कोषपर उसकी रक्षार्थ तथा एक अवयवको दूसरे अवयवसे और एक जीवन-कणसे दूसरे जीवन-कणको पृथक् करनेके लिए वैसेही त्वचा होती है जैसे एक नारङ्गीकी रक्षार्थ एक

छिलका उसके ऊपर होता है, और उसको छीलनेपर एक, एक छिलका प्रत्येक फांकपर दीखता है, और फांकको छीलनेपर फांकके भीतरवाले प्रत्येक जीरे-( वह पदार्थ जो फांकके भीतर रससे भरा होता है ) के ऊपर एक, एक छिलका होता है, और जीरेको तोड़नेपर उसके प्रत्येक जीवन-कोष-( जो इतने सूक्ष्म होते हैं कि नग्न नेत्रसे नहीं देखे जा सकते ) पर छिलका होता है । हमारे शरीर, उसके किसी अवयव या जीवन-कोषकी त्वचा तभी नष्ट होती है जब कि उसका संसर्ग तीक्ष्ण पदार्थोंसे होता है । क्योंकि तीक्ष्ण पदार्थ उसे ऐसेही नष्ट-भ्रष्ट कर देते हैं जैसे खौलते हुए गर्म जलमें आलूकी त्वचा फट जाती है, या जैसे अग्नि द्वारा आलू भूननेपर उसकी त्वचा नष्ट हो जाती है; और तीक्ष्ण पदार्थों द्वारा जीवन-कोषोंकी त्वचा नष्ट होनेपर वायुके विषैले गुणोंसे वह वैसेही विकृत पदार्थोंमें बदलने लगते हैं जैसे भुना हुआ या उबला हुआ आलू अपने समस्त जीवन-कोषोंकी

त्वचा नष्ट हो जानेके कारण शीघ्र सड़कर विकृत पदार्थोंमें बदल जाता है, या जैसे गैहूओंकी अपेक्षा आटेमें, जो उन्हींको पीसकर बनाया जाता है, त्वचाके नष्ट होनेसे शीघ्र विकृत जीवोंका जन्म और सड़न आरम्भ हो जाती है । सारांश यह है कि तीक्ष्ण पदार्थों या क्रियाओंसे हमारे जीवन-कणोंकी त्वचा नष्ट होनेपर वायुके दूषित प्रभावसे विषैले जीवों एवं दूषित पदार्थोंकी उत्पत्ति हो जाती है, और फिर एक तो स्वयं विषैले जीव अपनी जाति वृद्धि करते हैं दूसरे वह अपने दूषित और तीक्ष्ण प्रभावसे सन्सनाहट, खुजली, पीड़ा, ज्वर या सूजनका कारण होते हुए अपने आस-पासके दूसरे जीवन-कोषोंको छेदकर उनकी त्वचा नष्ट करके उनको उसी प्रकार अपने रूपमें बदल लेते हैं जिस प्रकार सड़े हुए दूधकी एक बूंद दूसरे स्वस्थ दूधमें डालनेसे उस सबको सड़ाकर अपने रूपका बना लेती है । इसके उपरान्त वह दूषित जीव या पदार्थ रक्त सञ्चार द्वारा शीघ्र हमारे

समस्त शरीरमें पहुंच जाते हैं, और जहां उनको स्थान मिलता है ठहरकर, जैसे और जिस मात्रामें वहां रासायनिक पदार्थ मिलते हैं उनके अनुसार वैसेही अनेक जातिके रोगोंके जीवाणुओंकी उत्पत्ति करते हैं, जैसे एक तोला लाल रङ्ग एक तोले पीले रङ्गमें मिलकर और रङ्ग बनाता है और दो तोले पीले रङ्गमें मिलकर कोई औरही रङ्ग बनाता है। सारांश यह है कि समस्त रोगोंकी उत्पत्ति और असमय मृत्युका कारण तीक्ष्ण पदार्थों या क्रियाओं द्वारा जीवन-कोषोंकी त्वचा नष्ट होनेपर वायु एवं अन्य पदार्थोंके दूषित गुणोंसे विकृत जीवोंकी उत्पत्ति होना है, प्रत्युत रोग और असमय मृत्युका मूल कारण प्रकृतिकी आज्ञाओंका पालन न करना है। क्योंकि सदा वही मनुष्य रोगी होकर असमय मृत्युको प्राप्त होते हैं, जिनका आहार-विहार प्रकृतिके विपरीत होता है। परन्तु यह मनुष्यकी बड़ी भारी भूल है कि जिन पदार्थों और क्रियाओंके करनेकी प्रकृति आज्ञा नहीं देती वह जान-बूझकर

मनुष्यत्वके गर्वमें उन्हेंही करता है । उसे चाहिये कि वह उन मूक बालकोंसे उपदेश ले जो प्रकृतिकी आज्ञाके विपरीत मिर्चकी तीक्ष्णताका अनुभव करके उसे सेवन करना नहीं चाहते, जो अधिक चलनेपर थकित होनेके कारण विश्राम करनेके स्थानमें प्रकृतिके प्रतिकूल एक पगभी आगे चलनेका साहस नहीं करते । उसे उचित है कि वह अबभी आंखे खोले और शरीरकी रक्षाके लिए तीक्ष्ण पदार्थों और क्रियाओंका, जो प्रकृतिकी ओरसे बर्जित हैं त्यागन करदे । क्योंकि उनसे बचनेके लिए प्रकृति मनुष्यको उसकी ज्ञानेन्द्रियों द्वारा बार, बार चेतावनी देती है । इसीसे मिर्च सरीखे तीक्ष्ण, करेले जैसे कटु पदार्थोंसे बचनेके लिए हमारी जिह्वा द्वारा उनको न सेवन करने, दांतों द्वारा खट्टे, कठोर और किरकिरे पदार्थ न लेने, नासिका द्वारा ऐसे पदार्थ जिनकी गन्ध अपनी तीक्ष्णतासे दुःख पहुंचाती है ग्रहण न करनेकी प्रकृति चेतावनी देती रहती है । क्योंकि उनके तीक्ष्ण गुणोंसे

जीवन-कोषोंका चर्म नष्ट होकर उनका दूषित होना आरम्भ हो जाता है, जिससे समस्त रोगोंकी उत्पत्ति होती है ।

तीक्ष्ण पदार्थों या क्रियाओं द्वारा जीवन-कोषोंकी त्वचा नष्ट होनेपर वायु आदिके दूषित गुणोंसे शरीरमें जिन विकृत जीवों या पदार्थोंकी उत्पत्ति होती है वह हमारे स्वस्थ जीवन-कणोंकी अपेक्षा वैसेही परिमाणतः हल्के होते हैं जैसे किसी फलका सड़ा हुआ भाग स्वस्थ भागकी अपेक्षा हल्का होता है; और हमारे शरीरमें जलका अंश अधिक होनेसे वह विकृत पदार्थ स्वयं दृश्य रूपमें या अति सूक्ष्म होनेसे, जिस प्रकार खर्बूजेकी गन्धके जीवाणु बाहर आते हैं अदृश्य रूपमें शरीरके ऊपर आकर बाहर हो जाते हैं । क्योंकि यह प्राकृतिक सिद्धान्त है कि जलमें डाले हुए हल्के पदार्थ स्वयं ऊपर आजाते हैं । किन्तु यह रोगके जीवाणु या विकृत पदार्थ जिन, जिन मार्गों द्वारा शरीरके बाहर आते हैं



उनमें अपने वीर्य कणोंको छोड़ देते हैं, जिससे  
 कुपथ्य द्वारा फिर उनको अपनी जातिकी वृद्धि  
 करनेकी शक्ति प्राप्त होती रहती है; और इसीसे  
 रोगोंका अन्त नहीं होता, अन्यथा पथ्यसे रहने-  
 पर, उस समयतक जबतक कि किसी रोगने  
 भयङ्कर रूप न धारण किया हो, समस्त रोग  
 उसी प्रकार स्वमेव शान्त हो जाते हैं जिस प्रकार  
 अग्निमें तप्त किया हुआ लोहा स्वयं शीतल हो  
 जाता है । अतः यह सिद्ध हो गया कि रोगोंको  
 स्वयं शान्त होनेके हेतु इस लिए किसी चिकि-  
 त्साकी आवश्यकता नहीं है कि रोगके कीटाणु  
 या विकृत पदार्थ स्वयं शरीरसे बाहर आते रहते  
 हैं । किन्तु वह कीटाणु शरीरके भीतर अपने  
 कुछ न कुछ वीर्य कण, जोकि अपने अनुकूल  
 साधन प्राप्त होनेपर अपनी जाति वृद्धिका कार्य  
 एवं हमारे जीवन-कणोंको छेदकर अपने रूपमें  
 तबदील करनेका काम करके रोगीको आरोग्य  
 होनेका अवसर नहीं देते, छोड़ आते हैं । अत-  
 एव हमको सबसे पहिले यह उपाय करना चाहिये

कि उनको अपनी जाति वृद्धि करनेके अनुकूल साधन प्राप्त न हों, इसके उपरान्त हमको ऐसा यत्न करना चाहिये कि उनकी वह तीक्ष्ण क्रिया बन्द हो जाय, जिससे वह हमारे जीवन-कोषोंको वेधकर अपने रूपमें तबदील करते हैं; और इसके लिए केवल यही उपाय है कि हम तीक्ष्ण पदार्थोंका सेवन करना और तीक्ष्ण क्रियाओंका व्यवहारमें लाना सर्वथा त्याग दें और अनुत्तेजक रसयुक्त पदार्थोंका सेवन करना और सुखप्रद क्रियाओंका व्यवहारमें लाना ग्रहण करें; और शरीरके प्रदाहित स्थानों-, या जिन स्थानोंसे दाह आरम्भ होता है, को उष्ण जल द्वारा ताप पहुंचावें । क्योंकि अनुत्तेजक रसीले प्राकृतिक आहार-(फल) और सुखप्रद क्रियाओंसे शरीरको विश्राम मिलनेपर चैतन्यता और शक्ति प्राप्त होती है, और विषोंकी उत्पत्ति बन्द हो जाती है, जिससे रोगके कीटाणुओंको अनुकूल साधन प्राप्त नहीं होते; और जलके ताप द्वारा रोगोंके कीटाणुओंकी वह क्रिया जिससे वह हमारे जीवन-कणोंको वेध

कर अपने रूपमें तबदील करते हैं, वैसेही बन्द हो जाती है जैसे वही दूध जो वायुके दूषित गुणोंसे कुछ घन्टोंमें सड़ जाता है यदि अग्निपर रक्ख दिया जाय और उसमें जल डालते रहें तो दस वर्षतकभी ( अग्निपर रक्खा हुआ ) न सड़ेगा; और जल द्वारा ताप पहुंचानेसे वह विकृत पदार्थ जो सूखकर शरीरके भीतर चिपक जाते हैं वैसेही फूलकर शरीरसे पृथक् हो जाते हैं, जैसे शरीरकी त्वचाका मल उष्ण जलसे फूलकर शरीरसे छूट जाता है । इसके अतिरिक्त यदि किसी अज्ञान बालककी उंगलीमें चोट लगती है या उसकी उंगली जलती है तो वह प्रकृतिकी आज्ञानुसार उसको मुंहसे फूंककर ताप द्वारा उसकी चिकित्सा करता है । अतः सिद्ध होता है कि प्रत्येक रोगसे मुक्त होनेकी केवल यही प्राकृतिक चिकित्सा है कि रोगीका आहार रसीले और अनुत्तेजक अर्थात् मनुष्यके सेवन करनेकी प्रकृतिके अनुकूल फल हों, और उसका विहार

आनन्द वर्धक हो, और शरीरको उष्ण जल द्वारा ताप पहुंचाया जाय ।

सारांश यह है कि मनुष्यको स्वस्थ रहने और दीर्घ जीवी होनेके लिए आवश्यक है कि वह प्रकृतिके नियमोंका पूर्ण रूपेण पालन करे अर्थात् जिस समय निद्राका ज्ञान हो शयन करे, जब अंगड़ाई लेनेकी इच्छा हो अंगड़ाई ले, जब उठनेकी आवश्यकता हो उठे, जब और जितनी दूर टहलने या दौड़नेकी इच्छा हो उतना टहले या दौड़े, जब और जितना उछलने-कूदनेको मन हो उछले-कूदे, जब मल-मूत्रादिके त्यागनेकी आवश्यकता हो उन क्रियाओंको करे, जब और जितनी क्षुधाका ज्ञान हो तब उतना केवल उन प्राकृतिक फलोंका आहार करे जो रससे भरे होनेके कारण विष्टेकी अपेक्षा रक्तकी उत्पत्ति अधिक करते हों और जो दांतों और जिह्वाको खट्टे, ओष्ठों और जिह्वाको चर्परे, कड़वे, कसीले अस्वादित, स्वाद रहित दुःखप्रद

या सन्सनाहट या किसी प्रकार तीक्ष्णता अथवा उत्तेजनाका ज्ञान देनेवाले, कण्ठमें अटकनेवाले, नखों और दांतोंसे न कटनेवाले, नासिकाको तीव्र या अप्रिय गन्धका ज्ञान देनेवाले, मुखमें चुभने या अधिक लारका स्राव करनेवाले, दांतोंमें अटकनेवाले, नीरस, अप्रिय या किसी प्रकार हमारी ज्ञानेन्द्रियोंको घृणित प्रतीत हों सेवन न करने चाहियें । क्योंकि जो पदार्थ हमारी ज्ञानेन्द्रियोंको अपने किसी तीक्ष्ण या उत्तेजक गुणसे कष्ट देते हैं, या जो नीरस होते हैं या जिनका रस भारी अथवा गाढ़ा होता है, या जिनमें रसकी अपेक्षा गूदा और तन्तु अधिक होते हैं शरीरको लाभकी अपेक्षा हानि पहुंचाते हैं । इस लिए सदा अनुत्तेजक और रसीले फलेंका वह भाग सेवन करना चाहिये जो हमारी ज्ञानेन्द्रियोंको प्रिय हो, और यह बात सदा स्मरण रखनी चाहिये कि रक्त-, जिसपर हमारा जीवन निर्भर है, की उत्पत्ति सर्वदा रसोंसेही होती है । अतः

रसीले फलही मनुष्यके जीवनमें, रक्तकी अधिक उत्पत्ति करके उसकी वृद्धि कर सकते हैं, और उनके अभावसे रस हीन पदार्थोंपर जीवन निर्वाह करनेसे जीवनके कालमें कमी हो जाती है अर्थात् यदि किसीको दीर्घ जीवी होना है तो वह रसीले और अनुकूल आहारसे शरीरके रसोंमें कमी न होने दे, और यथा शक्ति प्राकृतिक नियमोंके अनुसार तीक्ष्ण और उत्तेजक पदार्थों या क्रियाओंसे दूर रहकर जीवन निर्वाह करे । बस इसीमें मनुष्यका कल्याण है ।

इरनकोला जहाज,  
चौदहवीं  
एप्रिल  
१९२६ ई०

}

पी० आचार्य

# डेढ़ बात ।

प्रिय पाठकगण,

हम पुस्तकमें बहुत कुछ कह चुके हैं फिरभी इतना और कहते हैं कि सृष्टिके अग्न्य समस्त जीवोंके अतिरिक्त एक मनुष्यही ऐसा है जो नेत्र होते हुएभी अन्धा हो रहा है । इसीसे वह खाद्य और अखाद्य समस्त पदार्थोंका सेवन करता है, करने और न करनेके सभी कार्योंमें भाग लेता है और मनुष्यसे लेकर पशु, पक्षी आदि समस्त जीवोंके दुखका हेतु होता है । वस्तुतः मनुष्यने समस्त संसारमें हल-चल मचा कर अन्य जीवों और अपनी जातिकोही संकटमें नहीं डाला है, प्रत्युत उसने अपनेको समूल नष्ट करनेके साधन किये हैं । वह पल, पलकर प्रकृतिसे अपनी ज्ञानेन्द्रियों द्वारा दुष्कृत्योंसे बचनेकी चेतावनी मिलनेपरभी उस ओर कोई ध्यान नहीं देता । वह नासिका होते हुएभी दुर्गन्ध युक्त, दूषित, उत्तेजित और तीक्ष्ण गन्धवाले पदार्थ ग्रहण करनेमें तनिकभी संकोच नहीं करता, वह दांत होते हुएभी खट्टे पदार्थ सेवन करता है, वह जिह्वाकी उपस्थितिमेंभी कड़वे कसीले, सन्सने, चर्परे तीक्ष्ण, वमन लाने वाले, दूषित और घृणित पदार्थोंका आहार करता है, वह दन्त और नखोंसे कठोर पदार्थ न छिलने और टूटनेपरभी उनका सेवन करता है; वह त्वचासे जिन ऋतुओं और स्थानोंकी सर्दी-गर्मी सहन नहीं होती उन ऋतुओं और स्थानोंमें रहता और निवास करता है और बुद्धिके होते हुएभी

वह प्राकृतिक पदार्थ सेवन करने और नैसर्गिक जीवन निर्वाह करनेके स्थानमे कृत्रिम पदार्थ काममें लाता और अप्राकृतिक जीवन निर्वाह करता है । इसपरभी वह अपनी मनुष्य बुद्धिपर गर्व करता है । क्योंकि उसके अनुमानसे प्रकृति मूर्खा है और वह उसकी उस मूर्खताके दोषोको दूर करनेके लिए अपनी बुद्धिसे प्राकृतिक पदार्थोंमें अनेक परिवर्तन करके उनको प्रयोगमें लानेकी चेष्टा करता है, जिसका परिणाम यह है कि मानव जाति सहस्रों रोगोंकी आखेट होकर दिनादिन अधोगतिको प्राप्त हो रही है और नियमित समयसे पूर्व मृत्युको प्राप्त होती है ।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि मनुष्यने जितना उपाय, अपनेको कृत्रिम आहार-विहार अपनाकर, रोगी बनानेका किया है उतनीही चेष्टा रोगोंके दूर करनेकीभी की है । परन्तु असंख्य औषधियों और चिकित्साओंकी खोज करनेपरभी वह उसमें इस लिए सफल नहीं हुआ कि उसने प्रकृतिके विपरीत कृत्रिम चिकित्सा विधिका खोज करनेमें अपनी बुद्धिका दुरुपयोग किया है । उसे चाहिये था कि वह उन मूक बालकोंसे शिक्षा लेकर, जो माताके स्तनोंपर कटु पदार्थ लग जानेसे दुग्धपान नहीं करते, उन कृत्रिम पदार्थोंको जो अनुकूल प्रकृतिके नहीं है ग्रहण करनेकी चेष्टा न करता, और उन्हीं अज्ञान बालकोंके समान जो शरीरमें कहीं चोट लगनेपर उसे मुखसे फूंककर ताप द्वारा चिकित्सा करते हैं, रोगोंसे मुक्त होनेका प्राकृतिक उपाय करता । किन्तु वह अपनी बुद्धिके गर्वमें प्रकृतिके हितोपदेशको भूल हुआ है, प्रत्युत ठोकर खाकरभी वह आखे बन्द करके चलनेका



नामही बुद्धि समझा हुआ है । इसीसे तम्बाकूसे वमन होती जाती है और वह सेवन करता जाता है, मिर्चोंसे जिब्हा जलती जाती है और वह बलात् उसे ग्रहण करता जाता है और मांस-मदिरामें दुर्गन्ध आती जाती है और वह उसे मुंह लगाता जाता है, इत्यादि, इत्यादि । अतः हमारे लिए यह आवश्यक है कि हम प्रकृतिके उपदेशको जन-तातक पहुंचायं, और उसके उपयोगी सिद्ध होने न होनेका फैसला उसके हाथोंमें देनेका अवसर दें । यद्यपि अबतक हम कई सहस्र रोगियोंपर सफलताके साथ, अनेक कष्ट झेलते हुए, प्राकृतिक चिकित्साकी परीक्षा कर चुके हैं तथापि हमने इसका फैसला इसीसे जनतापर छोड़ा है, कि उसके उपयोगी सिद्ध होनेपर मनुष्य समाजका अधिक लाभ हो । अब आशा है, हमारे पाठक प्राकृतिक विज्ञानसे लाभ उठाकर अपनी सम्मतिसे हमें अवश्य सूचित करेंगे, जिससे यदि हमारी कोई भूल हो तो सुधार कर दिया जाय ।

केलकटामेल,

सातवीं

जेन्वेरी

१९२७ ई०

पी० आचार्य.

## ‘मैं क्षयी रोगसे कैसे मुक्त हुई ?’



नामक पुस्तक मैं आरोग्य होनेपर शीघ्र लिखकर उन क्षयी पीड़ित ( Consumptives ) रोगियोंके निमित्त प्रकाशित करने-वाली हूँ, जो जीवनसे हताश हो गये हैं और वस्तुतः जिनके प्राण घोर संकटमें हैं। उपरोक्त पुस्तक क्षयी-( Consumption ) के रोगियोंके निमित्त अमृतका काम देगी। क्योंकि उसमें उन्हीं उपायोंका कथन किया जायगा, जिनके द्वारा मेरी क्षयी सरीखे दुष्ट रोगसे मुक्ति होगी। मुझे बहुत कुछ लाभ होना आरम्भ हो गया है, और मुझे आशा है कि शीघ्र मेरा इस दारुण रोगसे पीछा छूट जावेगा। परन्तु मैं उसका लिखना तभी आरम्भ करूंगी जब कि मैं पूर्ण रूपेण स्वस्थ हो जाऊंगी। क्योंकि मेरी इच्छा है कि मैं उसमें अपने रोगकी दशाका अद्योपान्त कथन करूँ, जिससे प्रत्येक रोगी अपनी चिकित्सा करनेको समर्थ हो। वास्तवमें उपरोक्त पुस्तक उपरोक्त विषयपर एक अद्वितीय पुस्तक होगी। किन्तु पुस्तकके इस महत्वका श्रेय उन डाक्टर पी० आचार्यजीकोही होगा, जो मेरी चिकित्सा करनेके कारण इतना कष्ट सहन कर रहे हैं।

सी० एस० बाला,  
प्राकृतिक विज्ञान कार्यालय।

# विषय सूची.

लेख शीर्षक	पृष्ठसे	पृष्ठतक
हमारी शरीर रचना	१	— ७
रोग और मृत्युकी व्याख्या	७	— १९
प्रकृतिका उपदेश	१९	— २४
मनुष्यका प्रचलित आहार	२४	— ३३
प्राकृतिक और अप्राकृतिक भोजनोंमें अन्तर	३३	— ३८
कुछ कृत्रिम भोजनोसे अपकार	३९	— ५३
शाक	३९	— ४१
हरे धान्य	४१	— ४२
शुष्क धान्य	४३	— ४४
मसाले, शकर और लवणादि	४५	— ४७
दूध, दधि और छाच आदि	४७	— ४९
घृत, चर्बी तैल और अण्डे आदि	४९	— ५१
मांस	५१	— ५२
मादक पदार्थ	५२	— ५५
खनिज पदार्थ	५३	— ५३
रन्धन	५४	— ५७
आमाशय किन पदाथासे शीघ्र एवं अधिक पोषण करता है ?	५८	— ६३
मनुष्यका भोजन क्या है ?	६३	— ७६
खान-पानके नियम	७६	— ८६
हमारे निवास स्थान	८६	— ९५
शयन सम्बन्धी बातें	९५	— ९७
स्नान	९७	— १०२
मल मूत्र त्यागनेके नियम	१०२	— १०४
वस्त्र	१०४	— १०९
व्यायाम	१०९	— ११३

## लेख शीर्षक

पृष्ठसे पृष्ठतक

मैथुन	११३	— ११८
गर्भ स्थितिका समय	११८	— १२२
मैथुन योग्य दम्पतिके लक्षण	१२२	— १२५
गर्भ रक्षा और शिशु जन्म	१२५	— १२९
शिशु पोषण	१२९	— १३७
स्वच्छता	१३७	— १४४
आरोग्यताके मुख्य नियम	१४४	— १५१
औषधियोंका शरीरपर अपकार	१५१	— १६१
परिचर्या	१६२	— १६८
प्राकृतिक चिकित्सा	१६८	— १७१
हमारी चिकित्सा विधि	१७१	— १७९
जल ताप	१७३	— १७५
टव द्वारा	१७३	— १७३
भीगे वस्त्रों द्वारा	१७३	— १७५
मृत्तिका ताप	१७५	— १७६
धड़ बन्धन	१७५	— १७५
उदर बन्धन	१७६	— १७६
अन्य बन्धन	१७६	— १७६
आवश्यक सूचनाएँ	१७६	— १७९
रोगोंका आहार	१७९	— १८१
चिकित्सा सम्बन्धी यन्त्र मिलनेका पता	१७९	— १७९
पीड़ा	१८१	— १८३
तीव्र रोग ( Acute disease )	१८३	— १८५
मन्द रोग ( Chronic disease )	१८५	— १८६
शिर सम्बन्धी रोग	१८६	— १९७
शिरपीड़ा Headache	१८६	— १८८
मस्तिष्क सम्बन्धी रोग Brain diseases.	१८९	— १९०

लेख शीर्षक	पृष्ठसे	पृष्ठतक
कर्णरोग Ear diseases.	१९०	— १९१
नेत्ररोग Eye diseases.	१९१	— १९३
नासिकारोग Nose diseases.	१९३	— १९४
मुखरोग Mouth diseases.	१९४	— १९७
बड़ सम्बन्धी रोग	१९७	— ३९१
क्षयरोग Consumption or phthisis.	१९७	— २१५
श्वासरोग Asthma.	२१५	— २२४
खांसी एवं कूकर खांसी Cough and whooping cough	२२४	— २२९
क्लोमपाक Pneumonia.	२२९	— २३८
मोतीझरा Typhoid fever.	२३८	— २३९
महामरी Plague.	२३९	— २४१
वक्षरोग Heart diseases.	२४२	— २४६
आमाशयिक रोग Stomach diseases	२४६	— २५०
विशूचिका Cholera.	२५०	— २५५
अतिसार Acute diarrhoea.	२५५	— २७१
संग्रहणी Chronic diarrhoea.	२७१	— २८६
यकृतरोग Liver diseases.	२८६	— ३०१
यकृतका फोड़ा Abscess of the liver.	३०१	— ३०२
यकृतमें विकृत रक्तका एकत्र होना Congestion of the liver.	३०३	— ३०४
यकृतके चर्बी सम्बन्धी रोग Fatty diseases of the liver.	३०४	— ३०७
तीव्र यकृतक्षय Acute yellow atrophy of the liver.	३०७	— ३०९
यकृतका केन्सर Cancer of the liver.	३०९	— ३११
पाण्डु Jaundice.	३११	— ३१५
जलोदर Dropsy, or hydrops.	३१५	— ३१९

पृष्ठसे	पृष्ठतक
लेख शीर्षक	
पित्ताशयिक रोग Gall-bladder and ducts, diseases of.	३२० - ३२०
पित्त नालीमें श्लेष्म पीड़ा Catarrh of the Gall-ducts.	३२० - ३२४
पित्ताशयमें पकाओ Suppuration of the Gall-bladder.	३२४ - ३२५
पित्त पथरी Gall-stones.	३२५ - ३२६
बहु-मूत्र Diabetes.	३२६ - ३३१
सिरोसिस Cirrhosis of the liver.	३३१ - ३३२
अन्त्ररोग Intestine, diseases of.	३३२ - ३३२
अन्त्रमें छिद्र होना Perforation of the bowel.	३३२ - ३३५
अन्त्र-दाह Inflammation of the bowel.	३३५ - ३३६
अन्त्र घाव Ulceration of the bowels.	३३६ - ३३७
अन्त्र बाधा Obstruxion of the bowels.	३३७ - ३४१
अन्त्र पुन्छलरोग Appendicitis.	३४१ - ३४४
पथरी या शरीरमें स्थूल पदार्थ एकत्र होना Concretions.	३४४ - ३४६
कोष्ठ-बद्ध Constipation or costiveness.	३४६ - ३५१
डिसेन्ट्री Dysentry.	३५१ - ३५४
अन्त्र उतरना Hernia or rupture.	३५४ - ३६०
त्वचा एवं अन्त्रकीट Parasites.	३६० - ३६६
अर्शरोग Piles or hæmorrhoids.	३६६ - ३७०
पेरीटोनाइटिस Peritonitis	३७० - ३७३
गुदाके निकटवर्ती रोग Rectum disesaes.	३७३ - ३८०
वृक्क रोग Kidney diseases.	३८० - ३८३
एल्ब्यूमिन्यूरिया Albuminuria.	३८३ - ३८७

लेख शीर्षक

ब्राइट'स रोग Bright's disease.

मूत्राशय रोग Diseases of the bladder.

अश्लील रोग

उपदन्श रोग Syphilis.

साफट सोर Soft sore.

मूत्र कृच्छ Gonorrhœa.

कुछ विशेष रोगियोंका विवरण

कल्प

प्राकृतिक विज्ञान मिलनेका पता

चिकित्सा सम्बन्धी विज्ञापन



## स्मरण रहे:—



- १ सूर्यका ताप अमृत है यदि सह्य हो,
- २ स्वच्छ वायु जीवन है यदि असह्य न हो,
- ३ स्वस्थ मनुष्यके निमित्त सह्यतापके शीतल जलका और रोगीके निमित्त उष्ण तापके जलका स्नान नवजीवित करनेवाला है,
- ४ यदि इच्छा है कि शरीर नीरोग और शक्ति शाली रहे तो अनुत्तेजक, नव जीवित, स्वस्थ और रस युक्त फलोका आहार करे,
- ५ यदि रोगियोंकी इच्छा है कि वह शीघ्र दारुण रोगोंसे मुक्त हो जाय तो उनको चाहिये कि रोगकी प्रकृतिके अनुसार शरीरको न्युनाधिक ताप पहुंचाये और सह्यतापके उष्ण जलका इस लिए पान करें कि वह अमृतसेभी अधिक लाभप्रद है,
- ६ प्राकृतिक व्यायाम, अर्थात् सामर्थ्यानुसार उछलना, कूदना, दौड़ना, वृक्षोपर चढ़ना, अङ्गड़ाई लेना, टहलना, हंसना और गाना आदिभी स्वास्थ्यके निमित्त आवश्यक है,
- ७ शरीरके पीड़ित स्थानको दवाना, मलना, खुजाना, ताप पहुंचाना, अङ्गडाना या अन्य किसी उस क्रियाका करना, जिसके लिए प्रकृति प्रेरणा करे, शरीरको रोगसे मुक्त करनेके निमित्त आवश्यक है,
- ८ और शरीरको नीरोग रखनेके लिए प्रत्येक उस नियमके पालन करनेकी आवश्यकता है, जिसकी प्रकृति आज्ञा देती है ।

पी० आचार्य



# क्षयीके रोगी

कभीभी हताश न हों

यदि

उनमें चलने-फिरनेकी शक्ति है ।

हम

उनको विश्वास दिलाते हैं

कि

एक बार उनको मृत्युके मुखसेभी

निकाला जा सकता है ।

परन्तु

उनको सपथ्य चिकित्सा करनेमें

एक पलकाभी विलम्ब न

करना चाहिये ।

यदि

कोई रोगी असमर्थ है तो हम

बिना फीसके उसे प्रत्येक

समय सम्मति देनेको

प्रस्तुत हैं ।

पी० आचार्य

## नेत्रोंके रोगियोंको

चाहिये कि वह नेत्र सरीखे अमूल्य  
रत्नोंकी रक्षार्थ शीघ्रातिशीघ्र  
प्राकृतिक चिकित्साके  
नियमोंका सपथ्य पालन करें  
और देखें कि कितने अल्प  
समयमें उनको लाभ  
होता है ।

यदि

आवश्यकता हो तो हमारी  
सम्मति प्राप्त करके  
लाभ उठावें ।

पी० आचार्य

जिन

स्त्रियोंकी सन्तान अल्पायुमें नष्ट हो जाती  
हो या जिनको तीन - चार  
मासके उपरान्त गर्भपात  
हो जाता हो

वह

अवश्य प्राकृतिक चिकित्सासे लाभ  
उठावें और आवश्यक हो तो  
हमारी सम्मति  
प्राप्त करें ।

फीस हैसियतके अनुसार होगी ।

पी० आचार्य

## श्वांसके

निमित्त कहावत है—दमा दमके साथ जाता है—परन्तु  
नहीं, यह वात निर्मूल है । क्योंकि प्राकृतिक  
चिकित्सा श्वांसके रोगियोंको सदाको  
श्वांस रोगसे मुक्त करा सकती है ।

यदि

विश्वास न हो तो हमारी चिकित्साका  
अनेक श्वांस-रोगियोंपर अनुभव करिये  
और

आवश्यकता हो तो हमारी सम्मति लीजिये ।

पी० आचार्य

# प्राकृतिक विज्ञान



## हमारी शरीर रचना



**सं**सारमें जो सजीव या निर्जीव सृष्टि कहलाती है, वह निजीव या जड़ सृष्टिमें प्राकृतिक परिवर्तनो द्वारा जड़ पदार्थ अर्थात् तत्वो एवं उनसे उत्पादित जीवनके अन्य रासायनिक पदार्थोंके परस्पर संयुक्त होनेपर नाना प्रकारके जीवधारियोंकी उत्पत्तिका हेतु, और उनके पुनः विसंगठित होनेसे, उनके नाशका कारण होता है। सारांश यह है, जगतके सजीव पदार्थोंकी उत्पत्ति केवल निर्जीव पदार्थोंसे है। इसीसे जल, वायु और मृत्तिका, जो पृथक् रूपसे निर्जीव हैं, को पृथक्, पृथक् बोतलोंमें यन्त्रों द्वारा इस प्रकार बन्द कर दें कि जल वाली बोतलमें ओषजन वायु ( Oxygen Gas ) का अंश न रहे, वायु वाली बोतलमें उद्‌जन वायु ( Hydrogen Gas ) का लेश न रहे, और मिट्टी वाली बोतलमें जलका नाम न रहे, अर्थात् उपरोक्त तत्वोंका सम्बन्ध अन्य तत्वोंसे पृथक् कर दिया जाय तो बहु सूक्ष्म सूक्ष्मदर्शक ( Highest microscope ) यन्त्र द्वारा परीक्षा करनेसे सिद्ध होगा कि उन तीनों बोतलोंमेंसे अब किसीमेंभी चलते-फिरते ( हर्कत करनेवाले ) सजीव परमाणु नहीं हैं। कारण यह कि जीवनके रासायनिक पदार्थ बिना अन्य तत्वोंकी सहायताके जीवोंकी उत्पत्तिका हेतु नहीं होते। परन्तु पुनः उन्हीं बोतलोंका मुख खोल देनेपर अनुभव होता है कि अन्य तत्वोंको बोतलोंमें प्रवेश करनेके निमित्त स्वतन्त्रता पूर्वक मार्ग मिल जानेसे उनके परस्पर संसर्ग द्वारा जीवनके रासायनिक पदार्थोंको सहायता मिलनेसे प्रत्येक बोतलमें उसी अणुवीक्षण यन्त्रसे देखनेपर असंख्य छोटे, छोटे परमाणु चलते-फिरते नयनगोचर होते हैं; जिसका मोटा उदाहरण यह है कि कार्डोंके जीवाणु प्रायः वहीं जन्म लेते जहां प्रत्यक्ष रूपसे जल, वायु और मिट्टी आदि तत्वो एवं उनसे मिश्रित जीवनके रासायनिक पदार्थोंका संसर्ग होता है। इसीसे यह नित्य देखनेमें आता है कि यदि जल,

वायु और मिट्टी आदिका परस्परस्पर्श न हो, अर्थात् तत्वोंके परिवर्तनो द्वारा उत्पादित जीवनके रासायनिक पदार्थोंका मिश्रण न हो तो कदापि कोईके जीवाणु नहीं उपजते । अन्ततः सिद्ध होता है कि सजीव पदार्थोंकी उत्पत्ति प्रकृति द्वारा तत्वोमे परिवर्तन होने अर्थात् एक, दुसरे तत्वके परस्पर सन्युक्त होनेपर, जीवनके रासायनिक पदार्थोंको सहायता पहुंचनेसे, होती है । फलतः हमारे शरीरकी रचनाका हेतुभी उन्हीं जीवोंके सदृश है, जो जल, वायु और अन्य तत्वोंकी सहायता और उनके सङ्गठनसे जीवनके रासायनिक पदार्थोंके उत्पन्न होनेपर उनके द्वारा उपरोक्त विधिमे जन्म लेते हैं । केवल उनके और हमारे शरीरमें तत्वोंके परिमाणमे रासायनिक भेद होता है, जिससे हमारे तथा अन्य जीवधारियोंके शरीरकी रचनामें अन्तर प्रतीत होता है । जैसे—एक तोले पीले रङ्गमे एक तोले लाल रङ्गका मिश्रण करनेसे कुछ और रङ्ग बनता है, और दो तोले पीले रङ्गमे एक तोला लाल रङ्ग मिलानेसे कोई अन्य रङ्ग होता है । परन्तु वास्तवमे यह दोनो कृत्रिम रङ्ग पीले और लाल रङ्गके मिश्रणसेही बनते हैं । यह दूसरी बात है कि इन दोनो नवीन और कृत्रिम रङ्गोंकी रचना करनेमें पीले तथा लाल रङ्गके तत्वोंकी मात्रामें भेद रक्खा जाता है । इसीसे प्रायः देखनेमें आता है कि किसी, किसी स्त्रीके गर्भसे बकरी, बन्दर तथा किसी अन्य पशु, पक्षी के बच्चोंकी आकृति वाले बालक उत्पन्न होते हैं । कारण यह कि उन स्त्री-पुरुषोंके डिम्ब एवं शुक्र कीट (Ovum and spermatozoa) के तत्वोमे रहन-सहन आदिके कारण कुछ ऐसे रासायनिक भेद हो जाते हैं कि उनसे उत्पन्न होने वाले बालकोंकी आकृति जिस जातिके जीवसे समानता रखती है उसीके तत्वोंके, परिमाणानुसार होनेसे उसीके अनुकूल रची जाती है । अपरञ्च ऐसा भी अनुभवमें आया है कि कोई, कोई प्रसूता ऐसे बालक जनती हैं, जिनके शरीरका कोई अङ्ग किसी जीवके सदृश, और कोई किसीके समान होता है । अतः यहभी वही तत्वोंकी रासायनिक मात्रामे परिमाणतः भेद होनेका कारण जानना चाहिये । परन्तु इसपर यह भी प्रश्न होता है —

वन जीवोंमें ऐसी घटनाएँ जिनसे उनका अन्य जातिके जीवोंकी आकृतिके बालक जनना सिद्ध हो, क्यों कम सुननेमें आती हैं ? प्रत्युत सुनेमेंही नहीं आती ?

इसका उत्तर इतना ही है कि मनुष्यका प्रचलित आहार-विहार नैसर्गिक न होनेसे उसके शरीरमे, अन्य जीवोंकी प्रकृतिके अनुकूल जीवन निर्वाह करनेसे,

रासायनिक पदार्थोंके परिमाणमें अन्तर होनेपर अनेक परिवर्तनों द्वारा डिम्ब एवं शुक्र कीटमें उन्हीं जीवोंके समान सङ्गठन होता रहता है। इसके अतिरिक्त यह भी नित्य देखनेमें आता है, किसी गर्भिणीसे पुत्रका जन्म होता है और किसीसे पुत्रीका। निदान यह भी डिम्ब तथा शुक्र कीटकी आपसकी रासायनिक मात्राके परिमाणकी न्यूनाधिकतापरही अवलम्बित है। परन्तु कोई अधिक अङ्ग लिये हुए या किसी अङ्गसे क्षीण, जो बालक जन्म लेते हैं उनमें डिम्ब एवं शुक्र कीटकी मात्राके परिमाणमें इस प्रकारका कोई रासायनिक अन्तर नहीं होता, प्रत्युत गर्भाशयमें किसी प्रकार प्रसूताके प्रकृतिकी आज्ञाओंका उल्लङ्घन करनेसे अनुचित भार या पीड़ा आदिके कारण गर्भके सङ्गठनमें अन्तर हो जाता है।

जिस प्रकार एक गृह काष्ठ, पाषाण, लोह आदिसे बना होता है उसी प्रकार हमारा शरीर रक्तकणों, मांस पेशियों, मज्जा, उपास्थि और अस्थि आदिके जीवन-कणोंके समूहों द्वारा मस्तिष्क, फुफ्फुस, वक्ष, आमाशय, यकृत, मीहा, वृक्क और अन्त्रादि सरीखे बड़े और छोटे अवयवोंसे मिल कर बना है; और जिस प्रकार लोहे, पत्थर एवं लकड़ीका एक छोटासा टुकड़ा असंख्य अणुका समूह होता है उसी प्रकार हमारे शरीरका न्यूनाति न्यून अवयव भी अगणित नन्हे, नन्हे जीवन-कणों या परमाणुओंके समूहों द्वारा संगठित होता है; और जैसे लोह, काष्ठ और पाषाण आदिका अल्पात्यल्प अणुभी चूर्ण करनेपर अनेक अणुओंमें विभाजित हो सकता है, वैसेही हमारे शरीरके अनेक छोटे, छोटे जीवन-कण ( Cells ) भी अपनेसे अन्य लघु परमाणुओं द्वारा रचित होते हैं। अतः यह कहना अनुचित न होगा कि हमारे शरीरकी रचना इन्हीं नन्हे, नन्हे जीवन-कणों ( Cells ) के संगठनसे हुई है।

यह छोटे, छोटे जीवन-कण ( Cells ) जिनसे हमारे शरीरकी रचना हुई है, सृष्टिके आदि समय तत्वोंके परिवर्तनों द्वारा जीवनके रासायनिक पदार्थोंके उत्पन्न होनेसे उत्पादित केवल एक-कणित जीवोंके आकारमें थे, तद्उपरान्त जैसे, जैसे इनको रासायनिक साधन प्राप्त होते गये उन्हींके अनुसार एक-कणित जीवोंके एकही कणसे अनेक कणोंके उत्पन्न होनेपर कई कण वाले जीवधारियोंकी रचना हुई; और इसी चक्रके चलनेसे असंख्य जातिके जीवधारियोंने जन्म धारण किया, जिसका अन्तिम फल हमारे शरीरकी रचना है।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि विज्ञान विहीन मनुष्य हमारे शरीरकी एक-कणित जीवोसे, विना मैथुन केवल प्रकृति द्वारा तत्वोंमें रासायनिक परिवर्तन होनेसे जीवनके रासायनिक पदार्थोंकी उत्पत्तिपर, रचनाका कारण स्वीकार करनेमें अवश्य सकोच करेंगे। परन्तु हमारे नित्यके अनुभवों द्वारा यह बात स्पष्ट है कि गोबरके सड़नेपर गुवरीलेकीट, तथा सीलन ( तरी ) के स्थानोंमें मच्छर, पिस्तू आदि ज्यों, ज्यों तत्वोंमें रासायनिक परिवर्तन होते हैं त्यों, त्यों जन्म धारण करते रहते हैं, और फिर यदि उनका दमन करके उनके मृत शरीरोंको बहु संख्यामें एकात्रित और चूर्णकर किसी तरीके स्थानमें रक्खदें तो वायु आदि द्वारा उनसे अन्य रासायनिक पदार्थोंका ससर्ग होनेपर उन्हें पदार्थोंके अनुसार किसी अन्य जातिके जीवोंकी उत्पत्ति होती है, किन्तु इन सब जीवोंकी उत्पत्तिका मूल हेतु एक-कणित जीवधारी ही हैं। क्योंकि जिस प्रकार विना अणुओंके समूहके एक पत्थरका संगठन नहीं हो सकता, उसी प्रकार विना एक-कणित जीवधारियोंके जन्म लिये बहु-कणित जीवधारियोंकी रचनाभी नहीं हो सकती। फलतः जितनी जातिके जीव इस सृष्टिमें दृष्टिगोचर होते हैं, उन सबका मूल कारण एक-कणित जीव ही हैं। अतः एव सिद्ध होता है, हमारे शरीरकी रचनाभी एक-कणित जीवोंके वीर्य कणोंसेही उत्पत्ति करते, करते हुई है, जिसमें एक-कणित, द्वि-कणित और बहु-कणित जीवन-कण सम्मिलित हैं। अतः यह कहना अनुचित न होगा कि हमारा शरीर जो तत्वोंके हेरफेरसे जीवनके रासायनिक पदार्थों द्वारा एक-कणित जीवधारियोंके उत्पन्न होनेपर सहस्रों-कोटि वर्षमें उन्हींके निरन्तर विकाससे सहस्रों रूपके जीवधारियोंकी जातिमें परिवर्तन करते, करते उत्पत्तिके अन्तिम शिखर मानव जातिको प्राप्त हुआ है, उसी एक-कणित जीवके आधारपर है, जो समस्त जीवोंकी रचनाका मूल हेतु है, और यह भी सत्य ही है कि हमारे शरीरकी रचना अब भी उन्हीं जीवन-कोषोंके समूहों द्वारा हो रही है, जिनके वीर्य-कण एक-कणित जीव हैं। यह दूसरी बात है कि मानव जाति या उन जीवधारियोंकी कि जिनके जन-नेन्द्रिया वन चुकी हैं, एक कणित जीवधारियोंके सदृश अनेक तत्वोंके सन्धुक्त होने-पर अमैथुनिक रीतिसे एक शरीर द्वारा अन्य शरीरोंकी उत्पत्ति नहीं हो सकती। किन्तु हमारे शरीरके भीतर प्रत्येक समय अमैथुनिक रीति द्वारा एक जीवन-य रोगी या वृद्ध जीवन-कणोंके मृत्युको प्राप्त होनेपर उनकी क्षतिकी



पूति के हेतु उसी जाति के दूसरे जीवन-कणों की उत्पत्ति होती रहती है । इसीसे हमारे शरीर में नित्य सहस्रों जीवन-कणों की मृत्यु होने पर उसी जाति के स्वस्थ कणों से अन्य कणों की उत्पत्ति होती रहती है । अब यह स्पष्ट है कि जीवन-कणों की उत्पत्ति स्वतः ही तत्वों के परस्पर सन्युक्त होने पर उनके रासायनिक परिवर्तनों द्वारा जीवन के रासायनिक पदार्थों का जन्म होने पर उनकी परस्पर मात्रा की न्यूनाधिकता-नुसार होती है, और उन्हीं जीवन-कणों द्वारा सङ्गठित हो समस्त संसार के जीवों तथा हमारे शरीर की रचना हुई है । अतएव हमारे शरीर की रचना के मूल जीवन-कणों की उत्पत्ति किसी समय स्वयं ही प्रकृति द्वारा तत्वों में परिवर्तन होने से जीवन के रासायनिक पदार्थों के उत्पन्न होने पर उनके और उनकी सहायता से अन्य तत्वों के किसी विशेष मात्रा में सन्युक्त होने से हुई है । तद् उपरान्त जैसी, जैसी मात्रा में अन्य रासायनिक पदार्थों का उन जीवन-कणों से संसर्ग हुआ, वैसी-ही जाति के जीवन-कणों की उत्पत्ति हुई, परन्तु मनुष्य के जननेन्द्रिय द्वारा होने से उन्हीं एक-कणित जीवों के, जो तत्वों द्वारा उत्पादित जीवन के रासायनिक पदार्थों का निर्जीव तत्वों से संसर्ग होने पर उनकी सहायता से स्वयं जन्म धारण करते हैं, डिम्ब एवं शुक्र कोट में अनेक प्रकार के जीवन-कणों के अदृश्य वीर्य-कण होने से मैथुनिक रासायनिक क्रिया द्वारा बहु जाति के जीवन-कोषों ( Cells ) की उत्पत्ति और उनका परस्पर सङ्गठन होने पर हमारी उत्पत्ति माता के गर्भ से होती है । सारांश यह है, हमारे आदि पूर्वज एक-कणित जीव ही हैं, और हमारे शरीर की रचना उन्हीं के वीर्य अंश से अनेक रासायनिक परिवर्तनों द्वारा अनेकानेक जाति के जीवन-कोषों के जन्म लेने और उन्हीं के समूहों से सङ्गठित होने पर हुई है, अर्थात् हमारा शरीर केवल जीवन-कोषों का एक समूह है ।

अभी तक हमने यही प्रमाणित किया है कि सृष्टि के प्रत्येक जीव की रचना केवल निर्जीव या जड पदार्थों के परस्पर सन्युक्त होने के कारण उनसे उत्पादित जीवन के रासायनिक पदार्थों के अन्य तत्वों से मिश्रित होने पर उनकी उत्तेजना की प्रभावशाली सहायता से एक-कणित जीवधारी के जन्म लेने से होती है । क्योंकि जीवन के रासायनिक पदार्थों में बिना निर्जीव तत्वों की उत्तेजना पूर्ण सहायता के परिवर्तन नहीं होते । किन्तु अब हम यह कथन करते हैं कि जीवन के रासायनिक पदार्थ क्या हैं ? और उनसे तत्वों को या तत्वों से उनको क्या सहायता पहुंचती है ?

जीवनके रासायनिक पदार्थ ऐसे ही हैं जैसे मोम बत्ती, जिसके जलनेसे प्रकाश होता है, और तत्वों द्वारा जीवनके रासायनिक पदार्थोंको असंख्य जातिके जीवोंको उत्पन्न करनेमें उसी प्रकार सहायता मिलती है, जिस प्रकार मोम बत्तीको जलनेमें ओषजन वायुकी सहायता पहुंचती है, और जिस प्रकार विना ओषजन वायुकी सहायता के मोम बत्ती या कोई पदार्थ जलनेकी समस्त शक्ति होते हुए भी नहीं जलता, उसी प्रकार जीवनके रासायनिक पदार्थोंमें भी अनेक प्रकार के जीव उत्पन्न करने के निमित्त विना तत्वोंकी सहायता के उत्तेजना नहीं होती। इसीसे काष्ठ, पाषाण, मृत्तिका और जल सरीखे जीवनके रासायनिक पदार्थोंको अधिकतर जीवनका अंश होते हुए भी निर्जीव माना जाता है। वास्तवमें वह निर्जीव नहीं है। केवल उनका रूपान्तर होनेके निमित्त उत्तेजनाके हेतु तत्व वर्गकी आवश्यकता है। यह दूसरी बात है कि किसी पदार्थमें जीवनके रासायनिक पदार्थ परिमाणत अधिक होते हैं और किसीमें न्यून। इसीसे काष्ठमें जीवनके रासायनिक पदार्थ मृत्तिकाकी अपेक्षा अधिक प्रतीत होते हैं।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि किसी, किसी पदार्थमें अभी तक जीवनके रासायनिक पदार्थोंका लेश भी प्रतीत नहीं होता है। परन्तु यह आवश्यक नहीं है कि उनकी उत्तेजनासे जीवनके रासायनिक पदार्थोंका रूपान्तर होनेमें उनको लाभ न पहुंचे। अतः सर्वांश निर्जीव पदार्थोंसे भी अनेक जीवोंकी रचना होनेके निमित्त जीवनके रासायनिक पदार्थोंको कुछ न कुछ सहायता पहुंचती ही है।

हमारे जीवन-क्रमोंको उत्पन्न करने वाले केवल वही जीवनके रासायनिक पदार्थ हैं, जो तत्वोंकी उत्तेजनासे सड़-गलकर किसी जातिके जीव वैसेही उत्पन्न करते हैं, जैसे मोम बत्तीका जलना प्रकाशकी उत्पत्ति करता है; और तत्वों द्वारा हमारे जीवन-क्रमोंका विकास होनेमें उसी प्रकार सहायता पहुंचती है, जिस प्रकार ज्यों, ज्यों ओषजन प्राप्त होती है त्यों, त्यों मोम बत्ती प्रचण्ड होती है, किन्तु जीवनके रासायनिक पदार्थोंके न होनेपर तत्वों द्वारा वैसेही जीवोंकी उत्पत्ति और उनका विकास नहीं हो सकता, जैसे विना मोम बत्ती या अन्य जलने वाले पदार्थोंके केवल ओषजन द्वारा प्रकाश नहीं हो सकता। अतएव हमारे शरीरकी रचना उन्हीं जीवनके रासायनिक तत्वों द्वारा उत्पादित हैं, का तत्वोंकी सहायतासे वनस्पति एवं जन्तु होनेका परिणाम है। इसीसे किसी जीव या वनस्पति वर्गका मृत

शरीर, जिसको हम निर्जीव कहते हैं, वस्तुतः सजीव है । क्योंकि किसी शरीरके मृत होनेपर, यदि उसका तत्वोसे सम्बन्ध न तोड़ा जाय तो सड़ने, गलने या जलने आदिसे उसका रूपान्तर होकर अन्य जीवोंकी उत्पत्ति आरम्भ हो जाती है । फलतः यह नित्य देखनेमें आता है कि गैहूं, चने आदिका तत्वोंकी सहायतासे रूपान्तर होकर घुन तथा अन्य अनेक जीव उत्पन्न हो जाते हैं, और मनुष्य या किसी जीवके मृत शरीर अथवा वृक्षसे टूटे हुए फलोका तत्वोंसे संसर्ग होनेपर उनकी तीक्ष्णता द्वारा उनके सड़नेसे पदार्थोंका रूपान्तर होनेके कारण अनेक जातिके जीव उत्पन्न हो जाते हैं । सारांश यह है कि हमारा शरीर जिन जीवन-कोषोंका समूह है उनके आदि पूर्वज एक-कणित जीवकी उत्पत्तिका मूल हेतु वही जीवनके रासायनिक पदार्थ हैं, जो कभी नष्ट नहीं होते, प्रत्युत तत्वोंके प्राकृतिक परिवर्तनोंकी उत्तेजनासे जिनका सड़ने, गलने या जलनेपर रूपान्तर होता रहता है, और जिनकी उत्पत्ति तत्वोंसेही हुई है ।

## रोग और मृत्युकी व्याख्या

‘हमारी शरीर रचना’ शीर्षक निबन्धसे यह सिद्ध हो चुका है कि हमारा गात्र नन्हे, नन्हे जीवन-कणोंके समूहोंसे सङ्गठित होकर बना है । अतः जिन जीवन-कोषोंके परस्पर सङ्गठनका परिणाम हमारे शरीरकी रचना है उन्हींका तीक्ष्ण या उत्तेजक पदार्थों द्वारा विसङ्गठन होकर दाहसे नाश होना रोग कहलाता है, और जब उन जीवन-कणोंके वह बड़े, बड़े, समूह जिनसे मस्तिष्क, वक्ष, फुफ्फुस, आमाशय, अन्त्र, यकृत, प्लीहा, और वृक्कादि सरीखे शरीरके मुख्य अवयव बने हैं, नष्ट हो जाते हैं तो शरीरके पोषक अघयवोंका पारस्परिक सम्बन्ध टूट जानेसे जीवन-कोषोंका पोषण न हो सकने और प्रत्येक पदार्थका अन्य पदार्थोंमें रूपान्तर होनेके कारण शरीर मृत्युको प्राप्त होता है ।

यद्यपि हमारे शरीरके छोटे, छोटे जीवन-कोष ( Cells ) हमारे नित्यके काम-काज, और ऋतुओं आदिके परिवर्तनोंसे तत्वोंकी उत्तेजना द्वारा कुछ न कुछ

प्रत्येक समय मृत्युको प्राप्त होकर क्षीण होते रहते हैं । क्योंकि वह इतने कोमल हैं कि केवल हमारे विचार करने, श्वास लेने और निकालने, भोज्य पदार्थों के चावने तथा उदरस्थ करने, और मल-मूत्र त्यागनेकी अनिवार्य क्रिया करनेसेही नहीं, प्रत्युत नेत्रोंके पलक लगनेके साधारण परिश्रमसेभी क्षीण होते रहते हैं । कारण यह कि जिस प्रकार जलने वाले पदार्थोंका व्यय हुए विना अग्निकी सूक्ष्माति सूक्ष्म चिंगारीभी उत्पन्न नहीं हो सकती, उसी प्रकार विना जीवन-कणोंका व्यय हुए आंखका पलकभी नहीं लग सकता । अतः साधारणसे साधारण क्रियाओंके करनेमेंभी हमारे रक्त-कणों ( Blood Cells ) तथा अन्य जातिके अनेक जीवन-कोषोंका व्यय होता है । तथापि यदि हम अपने शरीरके किसी जातिके जीवन-कणोंके वीर्य-कणोंको समूल नष्ट न करदे तो प्रकृतिके अनुसार रहन-सहन रखनेकी चेष्टा करनेसे, जीवनके रासायनिक, रसीले और पोषक पदार्थों द्वारा, प्रत्येक जातिके जीवन-कोषोंकी जाति वृद्धि होनेसे क्षीण हो जानेवाले जीवन-कणोंकी, बहुत अंशमें, उसी प्रकार पूर्ति होती रहती है, जिस प्रकार शिरके केशोंका पतन होनेपर उनके स्थानमें नवीन लोम उपजते रहते हैं, या जैसे वसन्त ऋतुमें वृक्षोंसे पतझड़ होनेपर नव पल्लव निकलते हैं । परन्तु हमारे किसी अवयवकी किसी जातिके जीवन-कोषोंके वीर्य-कणोंके समूल नष्ट होनेके उपरान्त उनके स्थानकी वैसे ही पूर्ति नहीं होती, जैसे शिरमें गहरे फोड़ोंके निकलने या घाव हो जानेसे वालोंकी जड़ोंके वीर्य-कण नष्ट होनेसे लोम नहीं उपजते, या जैसे ऊगलीका पहिला पोरुआ कटजानेसे, नखके वीर्य-कणोंका नाश हो जानेके हेतु कटे हुए पोरुएमें नखकी उत्पत्ति नहीं होती ।

हमारे जीवन-कोष आवश्यकतासे अधिक तभी नष्ट और क्षीण होते हैं, जब कि उनकी प्रकृतिके प्रतिकूल आहार-विहार द्वारा या किसी अन्य साधनोंके कारण उनका तीक्ष्ण पदार्थोंसे ससर्ग होता है । कारण यह कि तीक्ष्ण पदार्थ उनके कोमल शरीरका, इस प्रकार विसगठन कर देते हैं, जिस प्रकार उबाल खाते हुए ऊष्ण जलमें आलूकी त्वचा फटकर उसके परमाणु छिन्न-भिन्न हो जाते हैं, और जैसे वह उबला हुआ आलू उस जल या रसकी सहायतासे, जो उसके प्रत्येक परमाणुमें उपस्थित होता है, ओषजन वायु ( Oxygen Gas ) के स्पर्शसे सड़ने लगता है, अर्थात्—उसका विकृत पदार्थोंमें रूपान्तर होना आरम्भ

हो जाता है वैसेही स्वस्थ जीवन-कोषभी तीक्ष्ण पदार्थोंकी दाहके संसर्गसे रक्षा करने वाले चर्म, जो प्रत्येक जीवन-कणके ऊपर होता है, के फट या कट जाने पर वायु आदि उत्तेजक पदार्थोंको उनके भीतर प्रवेश होनेका मार्ग मिलनेसे उनकी तीक्ष्णता द्वारा सड़, सड़कर क्षीण होने लगते हैं ।

कोई जीवन-कोष तबतक नष्ट नहीं होता, जबतक उसका चर्म फटकर उसके भीतर वायु या अन्य तत्वोंका प्रवेश न हो और वायुभी बिना जलकी सहायताके किसी पदार्थ को सडाकर नष्ट ( रूपान्तर ) नहीं कर सकती । इसीसे अनप्रवेशनीय त्वचा वाले अथवा जिन फलों या वनस्पतिमें रसकी मात्रा न्यून हो वृक्षसे पृथक् होनेपर भी चिरकालतक स्वस्थ रहसकते हैं । परन्तु वही फल त्वचा फटनेपर शीघ्र सड़ जाते हैं । जैसे—पका गोल कदू ( जिसको कोढ़ा या काशीफल भी कहते हैं ) त्वचाके ठीक दशामे रहनेपर एक, एक वर्ष पर्यन्त नहीं सड़ता; किन्तु यदि उसे त्वचा विहीन कर दिया जावे तो अति शीघ्र सड़ना आरम्भ हो जाता है; और यदि फिर उसे तरीके स्थानमें रखदे तो जलकी सहायता से वायु उसको और भी शीघ्र सड़ा देगी । सारांश यह है कि हमारे शरीरके जीवन-कोषोंका चर्म तोड़ना, तीक्ष्ण पदार्थों या तीक्ष्ण और कृत्रिम क्रियाओंका काम है, और फिर उनके तत्वों तथा जीवनके रासायनिक पदार्थोंका विच्छेद करके नष्ट करने अर्थात् रूपान्तर करनेका काम वायु तथा जलादिका कृत्रिम अर्थात् नियम विरुद्ध रीतिसे संसर्ग होना है । इसीसे शरीरके बाहरी खुले घाव, जिनका सीधा वायु या अन्य तत्वोंसे संसर्ग होता है, अधिक सड़ने लगते हैं । कारण यह कि नियम विरुद्ध रीतिसे बिना श्वास लेने वाले अवयवों द्वारा लिये हुए शरीरके आन्तरिक पदार्थोंको सीधी पहुँचने वाली वायु अपने तीक्ष्ण गुणोंसे घावोंको सड़ाकर अर्थात् रूपान्तर करके हमारे शरीरको उसी प्रकार क्षीण करती है, जिस प्रकार बिना चिमनीके लेम्पकी नाम बत्ती वायुकी सहायतासे शीघ्र जल जाती है । और इसीसे नासिकाकी अपेक्षा मुँहसे श्वास लेने वाले वायुकी तीक्ष्णता तथा ऊँचताकी तीक्ष्णतासे, वायु नाली और फुफ्फुस में दाह होनेके कारण, फुफ्फुस ( Lungs ) आदि रोगोंकी आवेष्ट हो जाते हैं । किन्तु इसपर भी उस चोट या घावके नीचे जो शरीरमें इतना कम लगा है कि शरीरसे रस अथवा रक्तका अधिक साव नहीं हुआ है, और जो चाट लगे या घाव होने समय हुआ भी है वह बाहरी शुष्क वायुसे

सूख गया है और जिससे स्वस्थ जीवन-कणोंके रसोंसे बाहरकी वायु एवं उत्तेजक पदार्थोंका सम्बन्ध, घाव पर रस या रक्तकी सूखकर पपड़ी आजानेसे, इस प्रकार टूट जाता है, कि कोमल जीवन-कोषोत्तक तीक्ष्ण पदार्थोंका प्रभाव न पहुंचनेसे, सड़ना या उसमें दाह होना अर्थात् उनका रूपान्तर होना वन्द हो जाता है । परन्तु वही छोटासा घाव वर्षा ऋतुमें जलयुक्त वायु उद्जन ( Hydrogen ) की सहायतासे, सूखने नहीं पाता और उत्तेजक वायुकी सहायतासे, अति तीव्र गतिसे दाहके कारण सड़ने लगता है । निदान सिद्ध होता है कि वायुभी जबतक जलकी सहायता न मिले किसी जीवनके रासायनिक पदार्थको सड़ाकर उसका रूपान्तर नहीं कर सकती । इसीसे शुष्क अर्थात् रसहीन पदार्थ टूटने तथा चर्म फटनेपर भी वर्षों पर्यंत नहीं सड़ा करते । किन्तु यदि उन पदार्थोंमें कुछ भी जल होता है तो वह शीघ्र थोड़े-बहुत दिनोंमें सड़ जाते हैं या किसी अन्य रीतिसे उनका रूपान्तर हो जाता है ।

तीक्ष्ण पदार्थों द्वारा जब हमारे शरीरके किसी जीवन-कणका चर्म फटनेपर वायु एवं जल द्वारा, रूपान्तर होकर अपने स्वरूपसे नष्ट होना आरम्भ होता है तो उसी स्वस्थ जीवन-कोषकी मृत्युके उपरान्त विपैले जीवधारीकी उत्पत्ति होती है । जैसे—वृद्ध सड़नेपर उसके स्वस्थ जीवधारियोंके नष्ट होनेपर उनके स्थानमें विकृत जीवाणु जन्म लेलेते हैं, या जिस प्रकार चनोंका रूपान्तर होकर घुन उत्पन्न हो जाते हैं, और जैसे उस सड़े हुए दूधका एक चिन्दु किसी अन्य स्वस्थ दूधमें डालनेसे या चनोका रूपान्तर होनेपर जो घुन उत्पन्न हुए हैं उनमेंसे एक दम्पति किसी अन्य चनोके ढेरमें डालनेसे सब दूधको विपैले जीवोंकी वृद्धिकर और सब चनोंमें घुनोकी जाति वृद्धिकरके उनका अपनेही रूपमें रूपान्तर करलेते हैं, वैसेही हमारे शरीरमें स्वस्थ जीवन-कोषोंके स्थानमें विपैले जीवन-कणोंके जन्म लेनेपर, उनके ससर्गसे अन्य स्वस्थ जीवन-कोषोंकाभी, दाहके कारण पीड़ाके साथ, विकृत जीवोंमें रूपान्तर होना आरम्भ हो जाता है । इसके अतिरिक्त विकृत जीवन-कणोंसे भी विपैले जीवोंकी उत्पत्ति होती रहती है ।

यह विकृत जीवन-कण खान-पान, रहन-सहन और ऋतुओं आदिके अनुसार, शीतलता तथा ऊष्णता के कारण प्रकृतिके विपरीत चलनेपर रक्त सञ्चारसे हमारी शिराओं, धमनियों और स्नायु द्वारा शरीरके एक भागसे दूसरे भागमें जाते रहते

हैं; क्योंकि शीतलतासे प्रत्येक पदार्थ सिकुड़ता और ऊष्णतासे फैलता है । इसीसे शीतलता तथा ऊष्णता द्वारा यह विकृत जीवन कण अपने, अपने जन्म स्थानसे सुगमता पूर्वक किसी अन्य स्थानमें पहुंच जाते हैं । इसके अतिरिक्त इन विषैले जीवन-कणोंके सजीव होनेसे यह स्वयंभी उछलने-कूदनेके कारण एक स्थानसे दूसरे स्थानमें पहुंच जाते हैं, और फिर जिस स्थानमें पहुंचते हैं, अपनी जाति वृद्धि तथा तीक्ष्णतासे उस स्थानके स्वस्थ जीवन-कोषोंकोभी नष्ट करके विकृत कणों और नन्हे, नन्हे विषैले जीवोंमें परिवर्तित करना आरम्भ कर देते हैं ।

अपरन्तु यह विकृत जीवन-कण सदा हमारे जीवन-कोषोंकी अपेक्षा ऐसे ही हलके होते हैं जैसे किसी फलका सड़ा हुआ भाग स्वस्थ भागसे हलका होता है । क्योंकि किसी पदार्थका सड़ते समय जब उसका रूपान्तर होता है तो उसमेंसे शनैः, शनैः अनेक पदार्थ पृथक् होकर वायु मण्डलमें लय हो जाते हैं, और उन पदार्थोंके पृथक् होनेसे सड़ा हुआ पदार्थ स्वस्थ पदार्थकी अपेक्षा हलका हो जाता है । इसीसे हमारे शरीरसे स्नायुजाल द्वारा हलके विकृत पदार्थ बाहर आते रहते हैं । क्योंकि यह प्रकृतिका धर्म है कि हलके द्रवरूपी पदार्थ या तरल पदार्थोंमें मिले हुए कैसीही हलके पदार्थ वैसे ही स्वयं ऊपर आजाते हैं जैसे जलमें नीचे दबाया हुआ काष्ठका टुकड़ा छोटनेपर ऊपर तैरने लगता है और उसके स्थानकी पूर्तिके निमित्त जल जो परिमाणमें उससे भारी है नीचे चला जाता है । अतः प्रकृतिके इसी धर्मानुकूल विकृत जीव स्वस्थ जीवन-कणोंकी अपेक्षा हलके होनेसे फोड़े-फुन्सी, उपदंश और मूत्र कृच्छ्रके घावों, मल-मूत्र, थूक, कर्ण का मल, नासिका और नेत्रोंके विकृत पदार्थों ( रेंट, कीचड़ ) तथा खेदादि या अन्य किसी रोग द्वारा दृश्य रूपसे या जो अति सूक्ष्म होते हैं अदृश्य रूपसे स्वतः ही शरीरके ऊपर उसमें तरल पदार्थोंकी अधिकताके कारण आते रहते हैं । परन्तु शरीरमें तरल पदार्थोंकी अधिकता होते हुए भी कोई विकृत-जीव शरीरके ऊपर ऐसी सुगमतासे नहीं आसकता जैसे जलकी तलीमें दबे हुए काष्ठका टुकड़ा छूटनेपर एकैक जलके ऊपर तैरने लगता है । कारण यह कि जलकी तलीसे ऊपर आनेके निमित्त जलमें किसी प्रकारकी रुकावट न होनेके कारण काष्ठके टुकड़ेको कोई कठिनायी नहीं होती; परन्तु हमारे शरीरकी रचना ऐसी जटिल है कि बिना जीवन-कणोंकी त्वचाक फटे हुए एक सुईकी नोकको प्रवेश करनेका भी स्थान नहीं है । अतः विकृत-

जीवोंको दृश्य रूपमें शरीरके ऊपर आनेके निमित्त शरीरकी अनेक नालियों और मास पेशियोंको चीरने, सहस्रो जीवन-कणोंसे रगड़ खाने और घोर संग्राम करने एवं उनके चर्मको वेधनेका कठिन कार्य करना पड़ता है । किन्तु जो विकृत-जीव ऐसे सूक्ष्म हैं, जिनका केवल उसी प्रकार नासिकासे अनुभव होता है जिस प्रकार खरबूजेसे बाहर निकलते हुए परमाणुओंका गन्ध द्वारा अनुभव होता है, या जो उनसे भी सूक्ष्म हैं, जिनका हम किसी प्रकार अनुभव नहीं कर सकते, के शरीरसे बाहर आनेमें कोई उपद्रव प्रतीत नहीं होते, क्योंकि उनके सूक्ष्म रूपके कारण वह शरीरकी नालियों और मास पेशियों आदिके सूक्ष्म छिद्रोंसे ऐसी ही सरलतासे निकल आते हैं जैसे जल किसी बल्लेमें सुगमता-पूर्वक छनजाता है या जिस प्रकार बिना किसी कष्टके हमारी त्वचासे श्वेद प्रवाहित होता है । फलतः प्रकृतिके अनुकूल चलने वाले के शरीरमें जो विकृत-जीव उत्पन्न होते रहते हैं वह सूक्ष्म होनेसे इतने निबल होते हैं कि हमारे जीवन-कण उनको संग्राममें हनन या प्रहारित करके शरीरसे सूक्ष्म छिद्रों द्वारा बिना किसी कठिनायी और कष्टके बाहर निकाल देते हैं, किन्तु प्रकृतिके प्रतिकूल चलने वाले मनुष्योंके शरीरमें जो विकृत जीव जन्म लेते हैं वह सूक्ष्म न होनेसे सबल होनेके कारण प्रायः इस घोर संग्राममें हमारे जीवन-कोषोंको प्रहारित और दूषित करके उनके चर्मको वेधकर उनपर विजय प्राप्त करलेते हैं, या केवल उनको वेधते हुए जिससे हमको श्रदाह ( जलन या ज्वर ), पीडा या सूजनका ज्ञान होता है, ऊपर आजाते हैं, और परिणाम यह होता है कि यदि विकृत-जीव हमारे शरीरके यथेष्ट जीवन कणोंपर विजय प्राप्त कर लेते हैं तो यह शरीर उन्हांका हो जाता है और हमारे जीवन-कणोंकी मृत्यु होकर उनका रूपान्तर हो जाता है, या हम अनेक रोगोंमें ग्रसित हो जाते हैं ।

विकृत जीवोंमें और हमारे जीवन-कोषोंमें जो घोर युद्ध होता है उसका कारण केवल यही है कि जीव मात्रका यह प्राकृतिक धर्म है कि वह अन्य जातिके जीवोंसे छीनकर अपने निवासार्थ स्थानों और भोजनार्थ पदार्थोंपर स्वत्व करने तथा जो अपनेसे इन खाद्यादि पदार्थोंको छीने उसका हनन और नाश करनेके निमित्त भरसक संग्राम करे । अतः इसी सिद्धान्तानुसार प्रकृतिके आधीन हो यह युद्ध हमारे शरीरकी समस्त भूमिमें होता है । क्योंकि विकृत-जीव अपने रहने और भोजनके हेतु शरीरके पदार्थोंपर अधिकार करनेकी चेष्टासे इस युद्धको आरम्भ करते हैं और हमारे जीवन-कण अपने पदार्थोंपर एक अन्य जातिके ( विकृत जीव ) जीवोंका स्वत्व करनेका



प्रयत्न देखकर सहन न कर सकनेके कारण इस संग्रामका प्रारम्भ करते हैं । परिणाम यह होता है कि जिस समय तक हमारे जीवन-कोष, भले प्रकार चैतन्य, बलवान और भारी होते हैं, तब तक वह विकृत या विषैले कणोंके उत्पन्न होनेपर उनके निबल और हलका होनेके कारण वैसे ही पैर नहीं जमने देते जैसे काष्ठके टुकड़ेको जल अपनी तलीमें नहीं ठहरने देता । अतः तीव्र गतिसे हमारे जीवन-कण उन विजातीय, दूषित और हलके कणोंको शरीरसे बाहर फेंकने, और जैसे-जल काष्ठको अपने ऊपर फेंककर उसका स्थान लेलेता है, उनका स्थान लेनेमें सफल होते हैं । परन्तु चिरकालसे मंद रोगोंमें ग्रसित रहनेके कारण शरीरके लगभग सभी जीवन-कोष विकृत-कणोंके निरन्तर संसर्गसे इतने निबल, अचैतन्य और हलके हो जाते हैं कि उनमें और हलके विकृत कणोंके बोझमें परिमाणतः बहुत कम अन्तर रहता है । इसीसे वह चैतन्यताके साथ विकृत जीवन-कणोंसे युद्ध करनेमें असफल होते हैं, और बोझमें लगभग दूषित-कणोंके समान होनेके कारण ( क्योंकि चिरकालसे शरीर रोगी रहनेके हेतु हमारे सभी जीवन-कण कुछ न कुछ दूषित हो जाते हैं ) उनको शरीरसे बाहर फेंक कर उनका स्थान लेनेमें वैसेही सफल नहीं होते जैसे कीच अपनेमें पड़े हुए काष्ठके टुकड़ेको जलके सदृश ऊपर फेंककर उसका स्थान लेनेकी शक्ति नहीं रखती । इसके अतिरिक्त मन्द रोगोंमें विकृत जीवन-कणों और शरीरके जीवन-कोषोंकी लगभग समान अवस्था हो जानेसे वह शरीरके अन्य जीवन-कणोंकी अपेक्षा इतने हलके नहीं रहते जो जलकी तलीमें डाले हुए काष्ठके टुकड़ेकी नाई शीघ्रतासे ऊपर आसके । क्योंकि यह प्राकृतिक सिद्धान्त है—दो भारी और हलके द्रव पदार्थोंको मिलानेसे हलके पदार्थ जलकी तलीमें डाले हुए काष्ठके सदृश ऊपर आजाते हैं । परन्तु एक ही परिमाणके बोझ वाले पदार्थ परस्पर एक दूसरेमें डालनेसे कोई ऊपर नीचे नहीं जाता । अतः इसी सिद्धान्तानुसार जब विकृत जीवन-कण और शरीरके जीवन-कोष ( चिरकालसे रोगोंके कारण वैसेही हलके होजानेसे जैसे अधिक पक्का फल कच्चे फलकी अपेक्षा हलका होता है ) परस्पर बोझके परिमाणमें लगभग समानावस्थाको प्राप्त हो जाते हैं, तो विकृत कणोंके ऊपर आनेकी गति बहुतही मन्द हो जाती है और कभी, कभी तो सर्वथाही शिथिल भान होती है; और इसका परिणाम यह होता है कि उनके दृष्ट रूपसे शरीरके

पदार्थोंकी भिन्न, भिन्न मात्राओंसे संगठित होते हैं । इसीसे किसी जातिके जीवन-कोषोंमें कोई रासायनिक पदार्थ अधिक होते हैं और किसीमें कोई ), उसीके अनु-कूल इनके द्वारा, भिन्न, भिन्न जातिके रोगोंके कीटाणुओंकी उत्पत्ति होती है । जैसे—दधि, मधु और गन्नेका रस इन तीनों पदार्थोंको तीन भागोंमें रक्खे हुए एकही पशुके स्वच्छ दूधमें तीन बार इस प्रकार सम्मिलित करनेसे कि एक बार सेर दूधमें एक छटाक दधि, दो छटाक मधु और एक छटाक रस, और दूसरी बार सेर दूधमें एक छटाक दधि, दो छटाक मधु और तीन छटाक रस, और तीसरी बार सेर दूधमें दो छटाक दधि, एक छटाक मधु और चार छटाक रस किसी एकही स्थानपर एकहीसे पात्रोंमें सजाकर दो, चार दिन उपरान्त अणुवीक्षण यन्त्र द्वारा परीक्षा करनेसे ज्ञात होगा कि उपरोक्त पदार्थोंको कथित रीतिसे उनकी भिन्न, भिन्न मात्राएँ दूधमें मिलानेसे उनमें रासायनिक पदार्थोंकी मात्राओंमें भेदके कारण पृथक्, पृथक् जातिके जीव जन्म लेते हैं ।

यह विकृत-जीवाणु, शरीरसे बाहर आनेपर, तीव्र-रोगोंमें यदि पथ्यसे रहा जाय और यह शरीरके स्वस्थ जीवन-कोषोंकी अपेक्षा अधिक निबल हो, तो किसी किसी समय जब स्वस्थ जीवन-कण इनको युद्धमें परास्त करके इनके बीज-कणोंको नष्ट कर देते हैं, या शरीरमें इनके अनुकूल कोई साधन नहीं मिलता, या किसी, प्रकार इनका पोषण बन्द हो जाता है, हमारे शरीरको स्वतः ही रोगसे मुक्त कर देते हैं । किन्तु यदि पथ्यसे न रहा जाय, या स्वस्थ जीवन-कोष विकृत जीवाणुओंको सग्राममें विजय करके इनके वीर्य कणोंका नाश करनेमें असमर्थ हो तो तीव्र-रोगोंका मन्द रोगोंमें परिवर्तन हो जाता है । कारण यह कि शरीरके बाहरी या मध्य भागमें, जिस स्थानपर विकृत-जीवोंके वीर्य-कण पहुँचते रहते हैं सरलतासे नष्ट नहीं होते, क्योंकि प्रथम तो कुपथ्यसे ही हमारे शरीरके अनेक जीवन-कोषोंके निबल और प्रदाहित होनेसे उनका विकृत-जीवोंमें रूपान्तर होता रहता है, द्वितीय पहिले उत्पन्न हुए विकृत जीवोंका निरन्तर पोषण होता रहता है । इसके अतिरिक्त विकृत-जीवाणुओंके वीर्य कणोंसे भी विकृत-जीवोंकी वृद्धि होती रहती है । अतः रोगकी जड़ दिनोदिन बढ़ती ही रहती है ।

अतएव मिद्ध होता है कि रोग-मात्रका मूल कारण किसी तीक्ष्ण पदार्थके ससर्ग-या किसी तीक्ष्ण क्रिया द्वारा स्वस्थ जीवन-कोषोंका दाहके साथ विसङ्गठन होकर

विकृत या विपैले जीवोंमें परिवर्तित हो जाना है । अतः रोग केवल एकही है; और उसकी उत्पत्तिका कारणभी एकही है । परन्तु भेद केवल इतना है कि तीक्ष्ण पदार्थोंके संसर्ग अथवा तीक्ष्ण क्रियाओं द्वारा उत्पादित विपैले या दूषित जीव शरीरके जिस भागमें उत्पन्न हों या जिस स्थानपर पहुंच वहाके जीवन-कोषोंको वेध ओपजन वायुकी सहायतासे उनका नाश करके अपने रूपमें रूपान्तर कर शरीरके उस भागके उस स्थानके अवयवको जैसे वहां रासायनिक पदार्थ प्राप्त हों उन्हींके अनुसार रोगका हेतु होते हैं, और वह रोग शरीरके उसी अवयव या उसके रासायनिक पदार्थों द्वारा उत्पादित रोगके कीटाणुओंकी जातिके नामसे पुकारे जाते हैं । जैसे—वह दूषित जीव, जो प्रकृतिके प्रतिकूल चलनेसे तीक्ष्ण पदार्थोंकी तीक्ष्णतासे हमारे जीवन-कणोंका चर्म फटनेपर ओपजन वायुकी सहायतासे उनका रूपान्तर होनेपर हमारे शरीरके किसी स्थानमें जन्म लेचुके हैं, मारे आहार-विहार आदिके कारण, या रक्त संचार द्वारा, या स्वतः ही उछलते कूदते किसी प्रकार नेत्रों तक पहुंच जाते हैं तो जिस रासायनिकी जैसी, जैसी मात्राके जीवन-कणोंकी जातिसे उनका संसर्ग होता है, उसीके रासायनिक भेदोंके अनुकूल उनके चर्मको वेधकर ओपजन वायुकी सहायतासे उनका विकृत जीवो- ( रोगके कीटाणुओं ) के रूपमें रूपान्तर करके विपैले जीवोंकी जाति वृद्धि करना आरम्भ कर देते हैं, जिससे वह रोग नेत्रोंमें उत्पन्न हुए, हुए उन्हीं विपैले कीटाणुओंके नामसे सम्बोधित होता है, और यदि वही विकृत-जीव कर्णमें पहुंच जाते हैं तो उनके द्वारा वहापर जिस, जिस जातिके कीटाणु उत्पन्न होते हैं, उन्हींके नामसे उस कर्ण-रोगको बोलते हैं । इसी प्रकार वह शरीरके जिस, जिस अङ्गमें चले जाते हैं उसी अवयवमें रोगकी जिस जातिके कीटाणु जन्म लें उन्हींके नामसे उस रोगको उच्चारण किया जाता है । परन्तु वास्तवमें प्रत्येक रोग उन्हीं विकृत या दूषित और विपैले जीवों, जो तीक्ष्ण पदार्थोंके संसर्ग या तीक्ष्ण क्रियाओंकी तीक्ष्णता द्वारा हमारे जीवन-कोषोंकी रक्षा करनेवाले चर्मके फटनेपर ओपजन वायुकी सहायतासे उनके जीवनके रासायनिक पदार्थोंका विसङ्गठन होनेपर उनका रूपान्तर होकर उत्पन्न हुए हैं, के शरीरमें उपस्थित रहनेका कारण है ।

यथार्थ तो यह है कि मनुष्यमें मनुष्यको जितनेही रोग हैं, तीक्ष्ण द्रव्य या अद्रव्य पदार्थोंके संसर्ग होने या तीक्ष्ण क्रियाओं द्वारा [ जिस-तीक्ष्ण गन्धके पदार्थोंके सूंघने, चूने, छाने पीने, शरीरसे नर्दन करने, और स्नान करने या स्पर्श

करने, तीक्ष्ण या उत्तेजक स्वाद वाले पदार्थोंके चखने और सेवन करने, तीक्ष्ण स्वरसे प्रति ध्वनित घोर भयङ्कर गर्जनाओंके, और उत्तेजक स्वरसे निकले हुए उत्तेजना पूर्ण गानको श्रवण करने, भयङ्कर तीक्ष्ण घटनाओंसे भयभीत होने, प्रकृतिके प्रतिकूल किसी प्रकारका यकाने वाला तीक्ष्ण परिश्रम करने, तीक्ष्ण शत्रुादिसे प्रहार होने, शीतल या ऊष्ण पवनकी तीक्ष्णताको सहन करने, हिमके तीक्ष्ण गीत और सूर्यके तीक्ष्ण तापमे रहने, तीक्ष्ण सीलन ( तरी ) के अपवित्र और दुर्गन्धित स्थानोंमें निवास करने, और विपैले तीक्ष्ण जीव-जन्तुओं द्वारा काटे जाने इत्यादि, इत्यादि ] उनकी तीक्ष्णतासे दाढ़की उत्तेजनाओं द्वारा स्वस्थ जीवन-कोषोंके चर्मके कट जानेपर वायु, जल एव अन्य तत्वोंके नियम विरुद्ध ससर्गकी तीक्ष्णतासे जीवनके रासायनिक पदार्थोंका उन ( जीवन-कणों ) की मृत्युके उपरान्त दूषित या विकृत जीवोंमे रूपान्तर होनेपर होते हैं, और सर्व प्रकारकी मृत्युएंभी उसी समय होती हैं जब कि उपरोक्त हेतुओंमेंसे किसी प्रकार तीक्ष्ण पदार्थ या क्रियाएँ हमारे जीवन-कोषोंके बड़े, बड़े समूहोंके जीवनके रासायनिक पदार्थोंको अधिकांश विकृत जीवोंमे और बहुत कुछ वायु मण्डलमे लय करके उनका रूपान्तर कर देती हैं, या उनसे तरल पदार्थोंको लार, श्वेद या अन्य किसी रीतिसे निकालकर शुष्क या दाहसे भस्म कर देती हैं, या मदिरा ( spirit ) में पड़े हुए फलके सदृश उनसे उनका वास्तविक जीवन हर लेती हैं, या अविक परिश्रम द्वारा उनकी शक्तियाँ व्यय कर देती हैं, जिससे शरीरके रासायनिक पदार्थोंका रूपान्तर हो जानेसे हमारी शक्तियोंका इति हो जाता है । अर्थात् हमारे तत्वों और जीवनके रासायनिक पदार्थोंका रूपान्तर होकर विसङ्गठन होनेपर जीवन-कणोंकी रासायनिक मात्रामें न्यूनाधिकता होनेसे हमारे जीवनको स्थिर रखनेकी शक्तियोंका अन्त हो जानेपर शरीर सड़े हुए फलके सदृश पहिलेकी अपेक्षा हलका हो जाता है । इसीसे कई दिनका मृत शरीर जलके ऊपर तैरने लगता है ।

हमारा शरीर तब तक मृत नहीं कहा जा सकता जब तक उसके जीवन-कोषोंमे जीवनको स्थिर रखने वाले रासायनिक पदार्थोंका अन्त नहीं हुआ है, या वह अन्य पदार्थोंसे जीवनके स्थिर रखने वाले रासायनिक पदार्थोंको प्राप्त करके अपनी क्षतिकी पूर्ति कर सकता है, और जिसको मस्तिष्क रोग न होनेपर पीड़ाओंका ज्ञान होता है । क्योंकि पीड़ाही जीवनकी वास्तविक पहिचान है । किन्तु जब जिस

शरीर या शरीरके अवयव या जीवन-कणसे पीड़ाका ज्ञान जाता रहता है, अर्थात् स्वस्थ जीवन-कोषोंका विकृत-जीवोमे रूपान्तर हो जाता है, या उनसे तरल पदार्थ निकलकर वायु मण्डलमे लय होनेपर उनके शुष्क होनेसे हमारे जीवनकी स्थिति रखने वाले रासायनिक पदार्थोंका रूपान्तर हो जाने और जीवनको विकास देने वाले तत्वोंकी मात्रामें परिवर्तन होनेसे जीवन शक्ति विदा हो लेती है, या आवश्यकतासे अधिक परिश्रमके कारण रक्तके व्ययके साथ शक्तियोंका अन्त हो जाता है और हमको पीड़ाका ज्ञान करनेकी शक्ति नहीं रहती तो हमारा शरीर मृत समझना चाहिये ।

वास्तवसे हमारी मृत्यु उसी दिनसे आरम्भ हो जाती है जबसे हम इस संसारमें जन्म लेते हैं । क्योंकि प्रकृतिका नियम है कि विकासके साथ, साथही पतनभी आरम्भ हो जाता है । इसीसे तत्कालके उत्पन्न हुए बालककी जैसी कोमल और जीवन मय त्वचा होती है वैसी ज्यो, ज्यो वह बड़ा होता जाता है नहीं रहती । कारण यह कि हमारी और प्रकृतिकी अनेक क्रियाओं द्वारा नित्य हमारा जीवन-कणोंका हनन होता रहता है, और जीवन-कोषोंकी मृत्युसे हमारा जीवन कुण्ड वैसेही शुष्क होता रहता है जैसे किसी बड़े सरोवरसे एक, एक बिन्दु जल निकालनेपर वह एक न एक दिन सूख जाता है । यद्यपि हमारे खान-पान आदिसे हमारे जीवन-कोषोंकी बहुत कुछ क्षतिकी पूर्ति होती रहती है, परन्तु अन्ततः जिस प्रकार वृक्षपर लगा हुआ फल यदि न तोड़ा जाय तो पकनेपर एक दिन अवश्य गिर जाता है, उसी प्रकार हमारा शरीरभी अपनी अवस्थाको पहुँचकर जीर्ण होनेपर निस्सन्देह मृत्युको प्राप्त होता है । हाँ केवल इतना अवश्य सम्भव है कि यदि प्रकृतिके अनुकूल चला जाय तो पक्कावस्थाको पहुँचकर वैसेही बिना कष्टके, जैसे पक्का फल बिना परिश्रम और बिना तोड़े वृक्षसे गिर पड़ता है, शरीरका अन्त हो जाता है ।

## प्रकृतिका उपदेश

संसारमें रोगोंकी उत्पत्ति तथा शरीरकी मृत्युका हेतु केवल, उन, तीक्ष्ण पदार्थोंका हमारे जीवन-कोषोंसे संसर्ग और तीक्ष्ण क्रियाओं द्वारा उन (जीवन-कणों) का नाश होना है, जो अपनी तीक्ष्णतासे उनके जीवनके रासायनिक पदा-

थोंका ओषजनकी सहायतासे रूपान्तर करके विकृत जीवोंमें परिवर्तन करते हैं, और जिनके ऐसे दूषित एव तीक्ष्ण गुणोंसे बचनेके निमित्त उनकी तीक्ष्णता द्वारा, हमारे शुभ सूचक यन्त्रों (ज्ञानेन्द्रियों) की प्रकृति, उनके अवगुणोंका अनुभव करके, नितान्त हमको उपदेश करती रहती है । जैसे—नासिका द्वारा हमको अपवित्र, विपैले, तीक्ष्ण गन्धवाले इत्र, तैल आदि ( जिनको हमारी सभ्य समाज सुगन्धके नामसे सम्बोधन करती है ), दुर्गन्धित एवं हीक मय भोजन, वस्त्र, स्थान या अन्य किसी प्रकार घृणित और कष्टप्रद गन्ध देनेवाले पदार्थोंको ग्रहण न करने, जिह्वा द्वारा कड़वे, खट्टे, कसीले, चर्परे सनसने, उत्तेजक, खारी, मुह बाध देने वाले, अति मीठे, लारका स्राव करके शक्तियोंका व्यय करनेवाले, या अन्य किसी रीतिसे जिह्वाको कष्ट देनेवाले पदार्थोंके सेवन न करने, ओष्ठों द्वारा लेसदार, लोम वाले, चिपकने वाले या दुःख प्रद तीक्ष्ण पदार्थोंके उदरस्थ न करने, तालु द्वारा उन कठोर पदार्थोंसे बचने जो तालुकी त्वचाको छीलते हों, कण्ठ द्वारा निगलते समय जो शुष्कता या अन्य तीक्ष्ण गुणोंसे लार आदि निकाल कर जीवन-कोपोके खुर्चे जानेसे मुख और कण्ठमें खुरदरापन होनेके कारण अटकने या अन्य किसी प्रकार सूक्ष्माति सूक्ष्म दाह करनेवाले अभक्ष्य पदार्थोंसे चेतावनी देकर दूर रहने, दन्तो द्वारा खट्टे, रेतीले, किर्किरे, कठोर और चिपकने वाले पदार्थोंको खाद्य पदार्थोंमें सम्मिलित न करने, नेत्रों द्वारा प्रत्येक अयोग्य पदार्थकी दृष्टि मात्रसे बुराई दिखाकर ग्लानि करने, कर्णों द्वारा घोर गर्जनाओं और भयङ्कर उत्पातोसे सावधान रहने, हस्तों द्वारा अनेक घृणित तथा अस्वस्थ पदार्थोंको स्पर्श न करने, नखों द्वारा कठोर त्वचावाले पदार्थोंको न लेने, पगों द्वारा कुमार्गपर न चलने, त्वचा द्वारा असह्य गर्मी, सर्दी और तरी- ( सीलन ) के स्थानोंसे पृथक् रह शरीरकी रक्षा करने, तथा बुरे देशों या ऋतुओंमें न रहनेकी प्रकृति मातासे सूचनाएँ मिलती रहती हैं ।

वस्तुतः यह अमूल्य यन्त्र ( ज्ञानेन्द्रिया ) हमको हमारी प्रकृतिके अनुसार आहार-विहार करना बताते हैं, और जहाँ तनिकभी भूल होती है, उसी समय हमको, उन दोषोंका ज्ञान देते हैं, जिनसे बचनेमेंही हमारी कुशल है । परन्तु यह सब ज्ञान सूचक यन्त्र प्रकृतिके विपरीत प्रयोग किये जानेसे जीवन-कोपोमें विस्तृत ज्ञान तन्तुओंके शिथिल या निर्जीव होनेपर अपना सूचना देनेका कर्तव्य पालन करनेमें ऐसं निरर्थक हो जाते हैं कि आगेको यह अपना काम ठीक नहीं कर सकते, अर्थात् ज्ञान

शक्तिसे वञ्चित हो जाते हैं । इसीसे यदि कोई दुर्गन्धमे निवास करने लगे तो कुछ दिन पश्चात् नासिका ऐसी कर्तव्य हीन हो जाती है कि वह उस दुर्गन्धका ज्ञान करनेमें, जब तक पुनः प्रकृति माताकी शरण न ले, समर्थ नहीं होती; और जिह्वाभी शीघ्र अपनी प्रकृतिके प्रतिकूल पदार्थोंकी अभ्यस्त होकर वास्तविक स्वादका ज्ञान करनेमें असफल होती है । अतः यही कारण है कि एक मनुष्य, जो मिर्चके नामसे भी घबराता है, कुछदिन पीछे अभ्यास डालनेपर, उसी कोमल जिह्वासे, जिसे मिर्चका एक कणभी सह्य न था, तीक्ष्णसे तीक्ष्ण मिर्चों और चर्परे पदार्थोंहीपर क्या अवलम्बित है ? प्रत्युत तम्बाकू सरीखे मिर्चोंसेभी अधिक दुःख मय और ग्लानि युक्त पदार्थ सेवन करके इतनी कर्तव्य च्युत और शिथिल की जा सकती है कि वह चर्परे पदार्थोंकी चर्पराहट या सन्सनाहट तो एक ओर रही, तीव्र विषोका ज्ञान करनेमेंभी असमर्थ होती है, और इसी प्रकार अन्य सब ज्ञानेन्द्रियां अपनी प्रकृतिके विपरीत पदार्थोंकी अभ्यस्त होनेके उपरान्त ज्ञान शक्तियोंसे वञ्चित हो, अपना कर्तव्य पालन करना त्याग देती हैं, जिससे उन्हें किसी पदार्थकी भलाई, बुराईका ज्ञान नहीं रहता ।

उपरोक्त ज्ञानेन्द्रियोंकी जो कुछ हमने गुण प्रशंसा की है, वह वास्तवमें किसीसे छिपी नहीं है । परन्तु, मनुष्य, अपने कुकर्मों द्वारा, ऐसे अन्ध कूपसे जा गिरा है, कि नितान्त बालपनसेही इन यन्त्रों-( ज्ञानेन्द्रियों ) का कुप्रयोग करते, करते, इतना कर्तव्य हीन कर चुका है, कि वह प्रत्येक पदार्थके गुणोंकी यथोचित सूचना नहीं दे सकते । अतएव शरीर रक्षार्थ प्रकृतिके गूढ़ रहस्य जाननेके हेतु, फिर नये सिरेसे, उसका, अनुमान करना चाहिये, जिसके कर्तव्य हीन होनेके कारण हमारे अमूल्य और भले-बुरेका ज्ञान देने वाले यन्त्र व्यर्थ समझे जाते हैं ।

देखो प्रकृति माता, हमको, दुखो और पीड़ाओंसे वचनेके हेतु, पग, पगपर रोकती है, परन्तु ठोकर खाकरभी यदि हम नेत्र मूंदकर चले, तो यह हमाराही दोष है । कारण यह कि ज्ञानेन्द्रियों द्वारा हमारी दयालु प्रकृति दर्पणके सदृश भलाई और बुराई दिखा देती है । किन्तु मनुष्यको अपनी बुद्धिपर इतना गर्व है, कि वह प्रत्येक पदार्थकी प्राकृतिक दशा और गुणोंका नाश कर उसका रूपान्तर करनेकी चेष्टा करके अपनी शुभ चिन्तक ज्ञानेन्द्रियोंको धोखा देनेका प्रयत्न करता है । परन्तु अनेकानेक उपाय करते हुए, और रसायन विद्याके शिखरपर पहुंचकरभी,

वह किसी पदार्थकी वास्तविक प्रकृति का किसी प्रकार रूपान्तर नहीं कर सकता, वरन् अपनेही शरीरपर अपकार करता है । इसीसे कोटि उपाय करनेपरभी वह सूत्रको स्वच्छ जलमें परिणत नहीं कर सकता, प्रत्युत वाष्प यन्त्रादि द्वारा रस खींचनेसे जो अर्क बनता है या रसोके वाष्प द्वारा उड़ जानेसे जो तल-छट शेष रहती है उसे दुर्गन्धसे मुक्त नहीं कर सकता । क्योंकि यदि रस खींचनेसे पदार्थोंकी दुर्गन्ध जाती रहा करती तो सोंफ ( शत पुष्पा ) और केतकी ( फेवड़ा ) आदिके अर्क और रसोके उड़नेपर बचे हुए फोकमे भिन्न, भिन्न भातिकी गन्ध प्रतीत न होती । परन्तु इतना सम्भव है कि इत्र, फिनाइल ( एक एलोपैथिक औषधिका नाम है ), लेवन्डर ( एक इङ्गलिश सुगन्ध ) आदि सरीखे तीक्ष्ण गन्ध वाले पदार्थोंके सम्मिलित करनेसे कुछ कालके लिए, जबतक उन पदार्थोंका प्रभाव रहे, सूत्रकी गन्धको छिपा दिया जाय, किन्तु फिरभी वह सूत्रका सूत्रही रहेगा । यह दूसरी बात है कि हमारी ज्ञानेन्द्रिया उसका यथार्थ ज्ञान करनेमें धोखा खायें ।

इस बातपर बार, बार ध्यान देना चाहिये, प्रकृति बनायेसे नहीं बनती, किन्तु जिसको बनी हुई प्रकृति कहते हैं, उसे स्वभाव कहना चाहिये । स्वभाव और प्रकृतिमें बड़ा भारी अन्तर है । प्रकृति प्रत्येक जीवके साथ उस समयसेभी, जबसे वह शुक्र-कीटकी अवस्थामें गर्भमें प्रवेश करता है, पूर्व होती है । किन्तु स्वभाव केवल उसी समयसे जन्म लेता है, जबसे सासारिक पदार्थोंका ज्ञान होता है । इसीसे यदि हम मनुष्यके अज्ञान बालकको मिर्चका सेवन कराते हैं तो वह निस्सन्देह जिह्वापर पहुंचतेही, उसकी तीक्ष्णतासे कष्ट पाकर, रुदन करने लगता है, किन्तु वही तीक्ष्ण मिर्च शुक्र शिशु ( तोतेका बच्चा ) का बड़ाही प्रिय भोजन है । कारण यह कि मानव जातिकी प्रकृति मिर्च सेवन करनेके प्रतिकूल और शुक्रकी अनुकूल है । क्योंकि जो मिर्च तोतेके बच्चेको प्रिय होती है वही हमारे शिशुको अप्रिय प्रतीत होती है । परन्तु यदि हम अभ्यास करें तो शीघ्र खारी, खट्टे, कड़वे, कसीले और चर्परे एवं तीक्ष्णसे तीक्ष्ण अप्रिय, ग्लानि युक्त या अन्य किसी त्रुटिके कारण प्रकृतिके विपरीत पदार्थोंको सेवन करनेमेंभी, ज्ञानेन्द्रियोंके शिथिल होजानेके हेतु, हमको किसी दुःख या घृणाका ज्ञान नहीं होता । परन्तु इसका यह अर्थ समझना भूल है कि हमारी प्रकृति मिर्च-मसाले या अन्य तीक्ष्ण अप्राकृतिक पदार्थोंके सेवन या कृत्रिम क्रियाओंके करनेकी हो गयी है, और अब इन पदार्थोंसे कोई हानि न पहुंचे-



चेगी । नहीं, कदापि नहीं, हमारी प्रकृति मिर्च या अन्य अप्राकृतिक तीक्ष्ण पदार्थोंके सेवन करनेकी कभीभी नहीं हो सकती । वरन् कुछ सीमातक स्वभाव हो सकता है । किन्तु जवतक हमारे शरीरके ज्ञान तन्तुओमें कुछभी जीवन शक्ति है, पूर्णतः स्वभाव डालनेमेंभी सफलता नहीं हो सकती । इसीसे यदि कोई मनुष्य अपने कोमल हाथको प्रकृतिके विपरीत अग्नि स्पर्श करनेका अभ्यस्त करता है, तो प्रथम तो हस्त तलके जीवन-कणोंके नष्ट होनेसे बड़ा कष्ट प्रतीत होता है, परन्तु कुछ कालमें अग्निसे हाथकी गह्वियोंकी त्वचाके नष्ट हुए हुए जीवन-कोपोके शुष्क हो जानेसे ऊपरकी त्वचा निर्जीव होकर ऐसी दुर्तापवाहक हो जाती है, कि यद्यपि उसके स्वस्थ जीवन-कणोंको थोड़ी अग्निके स्पर्शसे कुछ न कुछ, इस प्रकार, हानि पहुंचतीही रहती है, जिस प्रकार जलसे भीगे हुए वस्त्रके ऊपर यदि कोई दुर्ताप-वाहक ऊनी कम्बल रक्खकर तीक्ष्ण धूपमें रक्ख दिया जाय तो उसतक कुछ काल पर्यन्त सूर्य भगवानकी किरणोंका प्रभाव न होगा, परन्तु अन्ततः शनैः, शनैः वही ताप कम्बलको पारकरके भीगे वस्त्रतक अपनी गर्मी पहुंचाना आरम्भ करेगा, और अवश्य कभी न कभी उस वस्त्रको शुष्क करके रहेगा । किन्तु जिस प्रकार साधारण धूपसे कम्बल द्वारा ढका हुआ भीगा वस्त्र पूर्णतः सूखनेकी अपेक्षा कुछ जलहीन हो जाता है, उसी प्रकार अग्निके अभ्याससे हस्त तलकी निर्जीव की हुई दुर्तापवाहक त्वचाके नीचेके जीवनमय स्वस्थ जीवन-कोपोको साधारण अग्निसे, कुछ साधारण सहा ऊष्णताके अतिरिक्त, कष्ट प्रद ताप- ( जलन ) का ज्ञान नहीं होता । क्योंकि भले और बुरेका ज्ञान तभीतक होता है जवतक हमारे जीवन-कणोंके ज्ञान तन्तु जीवित और रस युक्त होनेसे सुतापवाहक हैं । इसीसे उनके निर्जीव, शिथिल और कठोर होनेपर हम किसी पदार्थकी तीक्ष्णताका तवतक ज्ञान नहीं कर सकते जवतक उन पदार्थोंका तीक्ष्ण प्रभाव हमारे निर्जीव जीवन-कोपोको पार करके सजीव जीवन-कणोंतक न पहुंचे । क्योंकि अग्नि या तीक्ष्ण पदार्थोंके प्रभावसे हमारी त्वचा निर्जीव होनेपर हमारे जीवित जीवन-कोपोंके ऊपर उसका एक दुर्तापवाहक पत्र चढ़ जाता है, जिससे वह बाहरके तापको भीतर जानेसे रोकता है । तथापि यदि अधिक अग्निका स्पर्श हो तो हमारी हस्त तलके ऊपरकी निर्जीव की हुई दुर्तापवाहक त्वचाही नहीं, वरन् भीतरके जीवन-कोपोमेंभी दाह होने लगेगी । अतएव सिद्ध होता है कि अग्नि या अन्य हमारी प्रकृतिके प्रतिकूल पदार्थोंके सेवनका अभ्यास,

चाहे किसी रूपमें किया जाय, केवल कुछही श्रेणीतक हो सकता है; क्योंकि यदि अभ्यास प्राकृतिक होसके तो कितनीही अग्नि तथा तीक्ष्ण पदार्थ, जिनका अभ्यास किया जाय, किसी मात्रामेभी हानि न पहुंचायें । निदान् किसीभी प्रकारके तीक्ष्ण पदार्थ अर्थात् जो हमारी प्रकृतिके विपरीत होनेसे, हमारे निमित्त अप्राकृतिक हैं, चाहे खान-पानमें हो, या रहन-सहनमें, या काम-काजमें, अभ्यस्त होनेके उपरान्त भी, यह सम्भव नहीं कि उनसे हमारे, उन, जीवन-कोषोंको, जिनसे हमारे शरीरकी रचना हुई है, हानि न पहुंचे । अतः हमारी ज्ञानेन्द्रियोंमेंसे किसीको दुःख या घृणा होने वाली वस्तुएँ, किसी प्रकारभी, प्रकृति सेवन-करनेका उपदेश नहीं देती ।

## मनुष्यका प्रचलित आहार



संसारमें रोगोंके हेतु यों तो मनुष्यकी सभ्यताके अर्थसे प्रकृतिके विमुख चलकर अन्य अनेक कारण हैं हीं, किन्तु एक बहुत बड़ा हेतु मनुष्यकी प्रचलित, ऐसी भोजन व्यवस्था है, जिसका कोईभी नियम नहीं । मनुष्यने इस भूमण्डलपर भला और बुरा, खाद्य और अखाद्य कोईभी पदार्थ नहीं त्यागा । खनिज-वर्गमें लोहा, चादी, सोना, पत्थर आदि, वनस्पति-वर्गमें कड़वे, खट्टे, मीठे, खारी, चर्परे, कसीले, विपैले फल, शाक, धान्य, ( अन्न ), पुष्प, पत्ते, काटे, शाखाएँ, घास और मूल आदि, और जन्तु-वर्गमें बड़ेसे बड़े और छोटेसे छोटे जीव, यहां तक कि मनुष्यका मासभी नहीं छोड़ा । इसीसे एक पार्शियन कहावत है — 'The proper devil of man-kind is man.' अर्थात् मनुष्यही मनुष्यका भक्षक है । इसके अतिरिक्त लगभग बहुतसे जीवोंका दूध, चर्बी, अण्डे, बच्चे, मधु तथा मल-मूत्रतककोभी किसी न किसी रूपसे भोजनमें स्थान दिया है ।

मनुष्य देवताने नितान्त यह चेष्टा की है कि अयोग्य पदार्थोंके दूषित गुणोंको छिपाकर उत्तेजक पदार्थों द्वारा सुस्वादिय बनाने । अतः इसने अनेक प्रकारके मसाले, दूध, घी, नमक, शर्करा तथा अन्य बहुतसे तीक्ष्ण पदार्थों एवं रन्धन क्रियाको काममें लिया है । परन्तु इतना भरसक उपाय करनेपरभी कोई अप्राकृतिक पदार्थ दोष रहित होकर हमारे निमित्त प्राकृतिक नहीं बनाया जा सकता । इसीसे मनुष्यकी प्रचलित प्रथाके खाद्य पदार्थ उदरस्थ करते समयही आलस्य आने

लगता है, और उत्तेजक, जिनको सुस्वादिष्ट कहनेकी मिथ्या प्रथा है, नम्कीन तथा मीठे एवं रन्धन किये हुए कृत्रिम भोजनोसे क्षुधा निवारण होनेसे, उनके भारी होनेके कारण उनके पाचनार्थ हमारी शक्तियोंका आवश्यकतासे अधिक व्यय होनेके अर्थसे और जीवन-कणोंके घर्षण या उनकी तीक्ष्णता द्वारा, खुर्चें जाने, या उन ( भोजनों ) में रसोंकी हीनतासे उनके रसोंकी कमीको पूरा करनेके निमित्त मुख और आमाशयसे स्राव होनेपर, प्रायः पूर्वही मुखका स्वाद बिगड़ने लगता है। अतएव मनुष्यके प्रचलित कृत्रिम भोजनोंके पश्चात् तुरन्तही पान, सिग्रेट, इलायची, हुक्का, तम्बाकू, सॉफ़, धन्या, पाचक चूर्ण, बर्फ़, ऐरियेटेड वाटर्स ( सोडा, लेम्नेड आदिका जल ), और बियर ( यवन्नी मदिरा ) आदि सरीखे उत्तेजक पदार्थ या अन्य उत्तेजक क्रियाएं या विश्राम मुखका स्वाद ठीक और शरीरके रसोंकी कमीको पूरा करने या भोजन पचानेके हेतु अथवा शरीरकी शिथिलता दूर करनेके निमित्त काममें लोनेको बाध्य होना पड़ता है, और इसपरभी सन्तोष नहीं होता । वरन् जितनी अधिक क्रियाओं या उत्तेजक पदार्थोंके अभ्यस्त हो जाते हैं, उतनाही मुखका स्वाद बिगड़ा हुआ और शरीर आलस्य पूर्ण रहने लगता है, इसीसे जिनके मुंह मदिरा, तम्बाकू या अन्य उत्तेजक पदार्थ लगजाते हैं, दिनों दिन उन पदार्थोंके सेवन करनेकी मात्रा बढ़ती रहती है । और ऐसेही बर्फ़ पीनेवालोंकी कभी तृप्ति नहीं होती । फिर भला न जाने मानव जातिकी सभ्यता किस प्रकार अस्वादिष्ट पदार्थोंको सुस्वादिष्ट भोजनके नामसे सम्बोधन करती है ? सुस्वादिष्ट और प्रिय भोजन केवल वही रसीले फल हैं, जिनके खानेके उपरान्त हमारे मुखका स्वाद बिगड़ने और मुख एवं आमाशयमें रुखा और भारीपन होनेकी अपेक्षा प्रिय, हलका और साधारण चिकनापन ज्ञात हो, आलस्यके स्थानमें, जैसा कि भोजनका धर्म है, चैतन्यता लाने वाला हो, और जिससे आमाशयको भार न प्रतीत हो ।

मनुष्यका यह कह कर, 'संसारके सर्व पदार्थोंका भोगनेवाला मनुष्यही है ।' या महा कवि तुलसी दासके कहे हुए वचन 'सकल पदार्थ हैं जगमाही, करम हीन-नर पावत नाहीं ।' पढ़कर निकृष्ट और अखाद्य पदार्थोंका सेवन करना सर्वथा भूल है । कारण यह कि यदि मनुष्य अपनी बुद्धि तथा सभ्यतापर तनिकभी गर्व करता है तो उत्तमोत्तम पदार्थोंमेंभी यदि कोई त्रुटि प्रतीत

हो, कदापि सेवन न करने चाहियें, न कि बुरे पदार्थोंके दोषभी, उत्तेजक मसाले, लवण, शर्करा, घृत और रन्धन क्रिया आदि द्वारा छिपाकर, सेवन करनेकी चेष्टा करे। क्योंकि यदि हमही सर्व पदार्थोंके भोगने वाले होते, तो हमें सुअरके सदृश विष्टेमें अप्रिय गन्ध न प्रतीत होती, नमिके पत्तोंके समान कड़वे और ववूलके काटोके सदृश तीक्ष्ण पदार्थोंको ऊटकी नाईही सरलतासे प्रिय भोजन समझकर सेवन किया करते, घासको विना दातो और कण्ठमें अटके पशुओंकी भांतिही अपना आहार समझते। किन्तु नहीं, ऐसा नहीं है। जो पदार्थ हमारी ज्ञानेन्द्रियोंको अप्रिय है, उनका सेवन करना भूल और मानवीय बुद्धिपर कलङ्क लगाना है। क्योंकि ऐसी दशामें हमारी बुद्धि उस पशु बुद्धिसेभी गयी जाती है जो अपनी प्रकृतिके विपरीत किसी पशुको, जबतक वह मनुष्यके कर्मों द्वारा अभ्यस्त न कराया जाय, कोई पदार्थ सेवन करनेकी आज्ञा नहीं देती। इसीसे यदि किसी जीवका तम्बाकू प्राकृतिक आहार नहीं है, तो, विना धोखेसे (किसी पदार्थमें सूक्ष्म मात्रामें मिलाकर और शनै, शनै उसकी मात्रा वृद्धि करके) अभ्यास कराये, कोटि उपाय करनेपरभी वह तम्बाकू सेवन न करेगा। किन्तु हम संसारके सर्व पदार्थोंके भोगने-वाले और भाग्यशाली एवं सर्वोच्च बुद्धि वाले हैं। इसीसे सारी बुराईया भी हमहीमें दीखती हैं। हम केशर, कस्तूरी और इलायची खाते हुएभी अपने मुखमें अप्राकृतिक पदार्थोंसे दुर्गन्ध उत्पन्न करलेते हैं, हम नित्य मज्जन करते हुएभी अपने दातोको स्वच्छ नहीं पाते। किन्तु कोई वनस्पतिका आहार करने वाला वन जीव, जिसको संसारके सर्व पदार्थोंके भोगनेका गर्व नहीं है, मैले दातोका न दीखेगा।

वस्तुतः अपनी ज्ञानेन्द्रियोंकी प्रकृतिके विपरीत पदार्थोंका सेवन करनाही अस्वच्छता है। क्योंकि प्रकृतिके प्रतिकूल केवल, वही पदार्थ हैं, जो कड़वे, खट्टे, कसीले, खारी, असह्य मीठे, अस्वादित, दुर्गन्धित और विपैले आदि हैं, और जिनसे हमारी ज्ञानेन्द्रिया घबराती हैं। अर्थात् जिनके प्रति हमको घृणा होती है। और घृणा केवल उन्ही पदार्थोंसे होती है, जो अस्वच्छ होते हैं। निदान मानव जातिपर यह बड़ा भारी कलङ्क है कि वह अप्राकृतिक, अस्वच्छ तथा दूषित पदार्थोंका केवल अपने को 'सर्व पदार्थोंका भोगनेवाला' कहकर सेवन करती है। इसके अतिरिक्त विज्ञानकी दृष्टिसेभी हमारी बुद्धिपर पत्थरही पड़गये हैं। इसीसे हमारे नयी सृष्टि

रचनेका गर्व करने वाले, पश्चिमी विज्ञान वेत्ताओंने हमारे शरीरके रासायनिक पदार्थोंका विश्लेषण कर मनुष्यका खाद्य, किसी एक विशेष जातिके पदार्थोंका निश्चित न करके मिश्रित जातिका ठहराया है । क्योंकि उनको परीक्षाएं और खोज करने पर हमारे शरीरमें प्रोटीन ( चर्बीले पदार्थ ), हाइड्रो-कारबोरेट ( धान्यादि ) व्हाइटामीन ( हरे फल और शाकादि ) आदि पदार्थोंका ज्ञान हुआ है । अतः उनका कथन है कि मनुष्यको प्रोटीन प्राप्त करनेके हेतु अण्डे, चर्बी, घृत एवं मास या अन्य चर्बीले पदार्थादि, हाइड्रो-कारबोरेट लव्व करनेके निमित्त अन्नादि और व्हाइटामीन ग्रहण करनेके अर्थसे फलो तथा शाकादिका सेवन करना परमावश्यक है । परन्तु हमारा कहना है, प्रोटीन प्राप्त करनेके लिए चर्बी या अण्डे आदि, और हाइड्रो-कारबोरेटके निमित्त धान्यादिका सेवन करना विज्ञान विपरीत है । क्योंकि वह सब पदार्थ, जिनकी हमारे शरीरको आवश्यकता है, हमको हमारे प्राकृतिक आहार अर्थात् केवल फलोसेही प्राप्त हो सकते हैं । उदाहरणार्थ सुअर और दुम्बा प्रस्तुत है, जो कभीभी चर्बी मास या अण्डे आदि सेवन नहीं करता, और इसपर भी चर्बीसे भरा होता है । किन्तु मनुष्य मास चर्बी घृत और अण्डे आदि बहुतायतसे सेवन करता हुआभी अपने शरीरमें सुअर या दुम्बेकी चर्बीमें समानता करनेके अर्थसे उतनी चर्बी उत्पन्न नहीं कर सकता । कारण यह कि दुम्बेके आमाशयमें हमारी अपेक्षा रासायनिक पदार्थोंकी एक ऐसी विशेष शक्ति होती है जिससे वह केवल उसी वनस्पति ( घास आदि ) से जिसमें दृश्य रूपसे चर्बीले अर्थात् प्रोटीनके पदार्थोंका ज्ञान नहीं होता, अविकाविक चर्बी प्राप्त कर सकता है । परन्तु हमारे आमाशयमें ऐसे रासायनिक पदार्थ और शक्तिया प्रकृतिने हमारे शरीरको अनावश्यक होनेके कारण नहीं दी हैं, जो अपने शरीरमें दुम्बेके सदृश चर्बी उत्पन्न कर सकें । किन्तु इतना अवश्य है कि हमारे शरीरको जिन पदार्थोंकी जितनी मात्राकी आवश्यकता है, हमारा आमाशय केवल उन्हीं पदार्थोंसे, जो हमारी नैसर्गिक खाद्य वस्तुएं हैं, उन सबको उसी मात्रामें हमारे शरीरमें उत्पन्न कर सकता है । क्योंकि जिन पदार्थोंकी हमारे शरीरको आवश्यकता है, प्रकृतिने जन्म कालसेही हमारे प्राकृतिक आहारमें नैसर्गिक रूपसे उत्पन्न किये हैं । इसीसे वह सब पदार्थ, जिनकी हमारे शरीरको आवश्यकता है, बाल्यावस्थामें हमें अपनी माताके स्तनोसे दूध द्वारा प्राप्त

होते हैं, तत्पश्चात् मृत्युकालतक वह रसीले और जो हमारी प्रकृतिके अनुकूल हैं उन फलो द्वारा प्राप्त होते रहते हैं ।

हम ऐसे रसायन शास्त्रकारोंकी नहीं मान सकते, जो शरीरमें चर्बीले पदार्थ सेवन करके प्रोटीन प्राप्त होने आदिकी बातें इस लिए कहते हैं, कि मनुष्यके शरीरमें अन्य पदार्थोंके अतिरिक्त उन्हें प्रोटीनकाभी ज्ञान हुआ है । परन्तु क्या संसारके छोटेसे बड़ेतक सभी जीव-जन्तु, जो वानस्पतिक आहारपर निर्वाह करनेवाले और चर्बीसे भरे हुए हैं, रसायन शास्त्रपर चलकर चर्बीले पदार्थही, अपने शरीरमें चर्बी उत्पन्न करनेके निमित्त, खाया करते हैं ? और क्या उन्होंने कभी संसारमें अपना आहार चुननेके लिए, प्रकृति माताके उपदेशपर लात मार रसायन शालाओंमें अपने शरीरके रासायनिक पदार्थोंका विश्लेषणकर, मनुष्यके सदृश यह निश्चय किया है—अमुक, अमुक जीवनके रासायनिक पदार्थोंकी अमुक, अमुक मात्रासे सगठित होकर उनका शरीर बना है ? नहीं, कदापि नहीं । संसारमें मनुष्यको छोड़ कोई वन जीव ऐसा नहीं है, जिसने रसायन शास्त्रका अध्ययन करके या अपने शरीरके रासायनिक पदार्थोंका विश्लेषणकर अपने खाद्य पदार्थोंको चुना हो । उन्होंने तो केवल अपनी, भले-बुरेका ज्ञान देनेवाली, ज्ञानेन्द्रियोंसे काम लेकर प्रकृतिके अनुकूल पदार्थोंको ग्रहण किया है और प्रतिकूल पदार्थोंको अस्वीकार किया है । इसीसे वन जीवोंमें लगभग सभी मृत्यु कालतक स्वस्थ, बलवान, सुन्दर और चैतन्य प्रतीत होते हैं । किन्तु मनुष्य देवता रसायन विद्याके अपार ज्ञानसे खाद्य पदार्थोंके चुननेपरभी रोगी, निर्वल और अचैतन्य दीखते हैं । अतः दुम्बेका उदाहरण लेनेसे इन रसायनके पंडितोंकी यह एक मिथ्या धारणा सिद्ध होती है, कि प्रोटीन चर्बीले पदार्थोंके सेवन करनेसेही प्राप्त होता है । क्योंकि यदि चर्बी खानेसेही प्रोटीन प्राप्त हुआ करता तो घास चरने वाले दुम्बेके शरीरमें चर्बीका कोष न मिला करता ।

जिन रसायन शास्त्रकारोंने चर्बीले पदार्थ सेवन करनेकी बात इस लिए कही है कि मनुष्यके शरीरका प्रोटीनभी एक पदार्थ है, केवल रसायन शास्त्रके पंडित इसीसे कहे जा सकते हैं, कि उन्होंने हमारे गात्रके रासायनिक पदार्थोंका विश्लेषण करनेके निमित्त, बहुत-कुछ माया पची किया है, अन्यथा वह शरीर विज्ञानसे ऐसेही परिचित हैं जैसे

गीताकी गाथा पढ़करभी कृष्ण और अर्जुनसे अपरिचित रहने वाले । क्योंकि वह यहभी नहीं जानते—हमारा शरीर फलोंसे किस प्रकार, आमाशयिक रासायनिक क्रियाओं द्वारा रस बनाकर प्रोटीन एवं अन्य आवश्यक पदार्थोंको प्राप्त कर सकता है ? उनको यहभी ज्ञान नहीं—मांस, चर्बी, घृत और अण्डे या धान्यादि किस प्रकार प्रकृतिके प्रतिकूल और हानि प्रद हैं ? और उनसे हमारे शरीरमें उत्पन्न होकर क्या, क्या विजातीय पदार्थ हमको दुःख देते हैं ? उन विज्ञान वेत्ताओको तो केवल एक यही पाठ आता है—घृत, चर्बी, मांस या अण्डे आदिसे प्रोटीन, धान्यादिसे हाइड्रो-कारबोरेट, और फलोसे व्हाइटामीन प्राप्त होता है । इस लिए उनके मतसे मनुष्यके खाद्य पदार्थ मांस, धान्य और फल तीनोंही हैं । अतएव उनके कथनानुसार मनुष्यको अपने शरीरकी स्थिति रक्खनेके निमित्त, शरीरका विश्लेषण करके जाने हुए उक्त तीनों पदार्थोंके प्राप्त करनेके लिए उपरोक्त तीनों जातिके पदार्थ सेवन करने चाहियें । परन्तु इसका क्या उत्तर है—दुम्बा घास खाकर कैसे प्रोटीन प्राप्त करता है ? यदि दुम्बा घास द्वारा प्रोटीन तथा अन्य पदार्थोंको प्राप्त कर सकता है, तो हमकोही वृथा इन रसायन शास्त्रकारोंके झमेलेमें पड़कर अपने शरीरपर अपकार करनेसे क्या प्रयोजन ? इसके अतिरिक्त यह रसायनके पण्डित, मनुष्यके जीवनकी स्थिति रक्खने वाले रासायनिक पदार्थों और जीवनका विकास और पतन करने वाले तत्वोंका अभीतक पूर्णतः ज्ञानभी नहीं कर सके हैं, और न कभी करही सकेंगे । क्योंकि अभी तक ससारके साधारणसे साधारण पदार्थोंकी खोजभी अपूर्ण है । कारण यह कि प्रकृतिके रहस्य प्रकृतिही जानती है । अतएव यह विज्ञान वेत्ता, जो रासायनिक पदार्थोंका ज्ञान प्राप्त करके, हमारे शरीरका खाद्य निश्चय करना चाहते हैं—विना ससारके सब पदार्थों और तत्वोंका ज्ञान प्राप्त किये कैसे हमारा आहार निश्चय करनेमें सफल हो सकते हैं ?

हमारा या किसी जीवका आहार रसायन विद्याके सीखनेसे नहीं जाना जा सकता । इसीसे इसके लिए प्रकृतिने हमें, भले और बुरे पदार्थों एवं क्रियाओंका ज्ञान देनेवाली वह ज्ञानेन्द्रिया प्रदान की हैं, जिनका कथन 'प्रकृतिका उपदेश' शीर्षक निबन्धमे हो चुका है ।

यह रसायन शास्त्रके वेत्ता, यदि प्रकृतिके विपरीत कतर-बोत करके, सीधा उन पदार्थोंको, जिनसे हमारे शरीरकी रचना हुई है, सेवन कराकर, हमारे शरीरके

जीवनके रासायनिक पदार्थोंको पूरा कर सकते हैं, तो निस्सन्देह उन पदार्थोंका सङ्गठन करके, हमारे शरीरकी रचनाभी कर सकते हैं। परन्तु नहीं, कदाहि नहीं। यहापर उनका विज्ञान और रसायन शास्त्र निरर्थकही सिद्ध होता है इसमें कोई सन्देह नहीं—उनका विज्ञान हमारे शरीरके अनेक पदार्थोंका ज्ञान दे सकता है। परन्तु उन पदार्थोंकी ठीक, ठीक मात्रा और उनके पूर्ण स्वरूपको प्रगट नहीं कर सकता। इसीसे बिना आमाशयकी सहायताकेभी यद्यपि रक्त आदि अनेक पदार्थ दूसरे जीवोंसे लेकर हमारे शरीरमें प्रवेश किये जा सकते हैं तथापि रक्त, प्रोटीन, हाईड्रो-कारबोरेट आदि शरीरमें प्रवेश करके लाभ नहीं उठा सकते। क्योंकि यदि कोई ऐसा रोगी जिसका आमाशय, यकृत और फुफ्फुसादि सर्वथा उत्तरदे चुके हैं तो किसी अन्य ननुष्यका रक्त उसके शरीरमें जीवनको स्थिर रखनेके निमित्त प्रवेग किया जानेपर बहुत शीघ्र उस रोगीके रोगके विषयसे विपैला होकर वह निरर्थकही जाता है। अन्यथा यह रसायनके पण्डित प्रोटीन आदिके पदार्थ सेवन कराकर आमाशयको कष्ट न देते और सीधे प्रोटीन तथा अन्य पदार्थोंके इन्जेक्शन ( टीका ) द्वारा बड़े, बड़े निर्वल रोगियोंको बलवान बना दिया करते। किन्तु नहीं, ऐसा नहीं है। यह कोई ऐसा कृत्रिम पदार्थ, जिसका आमाशय द्वारा रसोमें रूपान्तर करनेकी आवश्यकता है, हमारे शरीरमें कृत्रिम रीतिसे पहुँचाकर, हमारे शरीरको उससे अधिक पदार्थ नहीं दे सकते, जो हमको प्राकृतिक आहारसे मिल सकते हैं। निस्सन्देह इस युगको वैज्ञानिक युग कहना चाहिये, क्योंकि हमारे वैज्ञानिकों ने वृद्धोंको युवा और युवाओंको वृद्ध तथा स्त्रियोंको पुरुष और पुरुषोंको स्त्री बनाकर विज्ञानका चमत्कार दिखा दिया है। परन्तु हमारे शरीरकी शक्तियों और जीवनका अन्त हो जानेपर फिर यही कहना पड़ता है कि वह शरीरके किसी पदार्थका इन्जेक्शन करके हमको लाभ नहीं पहुँचा सकते। इसके अतिरिक्त नैसर्गिक रसयुक्त फलों या अन्य तर पदार्थोंको छोड़ चर्बी, घृत मांस और धान्यादि रसोसे हीन या रसोंकी न्यूनताके कारण आमाशयको, अपने पाचनार्थ और अपने रसोंकी पूर्ति करनेके निमित्त, रसोका स्राव करनेको बाध्य करते हैं। क्योंकि यदि आमाशय अपने रसोका स्राव न करे, तो इन रसहीन पदार्थोंसे रक्त नहीं बन सकता। फलतः रसहीन पदार्थोंके रसकी न्यूनताको पूरा करनेके हेतु आमाशयसे रसोंका अनुचित स्राव और उनके पाचनार्थ तरल पदार्थों एवं आमाशयिक शक्तियोंका व्यय होनेके कारण, आमाशय तथा अन्त्रादिमें शुष्कता प्रतीत



होने लगती है । इसीसे अधिक घृत सेवन करने वालोका, जिनको वह पाचनमें आजाता हो, मल अन्त्रादिकी शुष्कताके हेतु सरलतासे गुदाके बाहर नहीं आता, और ऐसे मनुष्य कोष्ठ-वद्धसे पीडित रहने लगते हैं । इसपरभी अन्न और आमाशय चर्वाले पदार्थोंसे सीधी चर्वा बनाकर शरीरमें नहीं भर देते । प्रत्युत चर्वाले पदार्थोंसे भी आमाशय और अन्न उनके रस हीन होनेसे उनमें अपने तरल पदार्थोंको सम्मिलितकर उनका रसोंमें रूपान्तर करके, उसी प्रकार रक्त और चर्वा उत्पन्न करते हैं, जिस प्रकार फलोसे बनाते हैं । निदान हमारा दीन आमाशय और अन्त्रादि इन उपरोक्त रासायनिक पदार्थोंके सेवनसे उनके रस हीन होनेके कारण अपनेही रसोंका रक्त या चर्वा बनाते हैं, अर्थात् अपनाही रक्त पान करके उसपर निर्वाह करते हैं । अतः हमको इधर उधरकी रासायनिक उधेड़-धुनमें न पड़कर प्रकृतिके बनाये हुए अपने प्राकृतिक खाद्य पदार्थों अर्थात् रसाले फलोंपरही सन्तोष करना चाहिये; उन्हींसे हमको सब पदार्थ प्राप्त होंगे, और आमाशय तथा अन्त्रादिके रसों एवं शक्तियोंकाभी व्यय न होगा ।

ऐसे विज्ञान वेत्ताओंको, जो अन्य जीवोंके सदृश प्रकृतिकी महायत्नासे अपनी ज्ञानेन्द्रियों द्वारा अपने खाद्य पदार्थोंका ज्ञान नहीं कर सकते, चाहिये जैसे वह चर्वा उत्पन्न करनेके हेतु चर्वाले पदार्थोंके सेवन करनेकी सम्मति देते हैं, अन्वोंकी चिकित्सा किसी अन्य व्यक्तिके नयन आहार करा और उन्मादकी मस्तिष्क सेवन कराकर किया करें तो अति उत्तम है । क्योंकि जिस प्रकार चर्वाले पदार्थों के भक्षणसे हमारे शरीरमें, उनके मतानुसार, प्रोटीन उत्पन्न होता है, नेत्रोंके खानेसे नयन रोगोंके आरंभ उत्पन्न हो जायेंगी ।

और हमको ऐसी ज्ञानेन्द्रियां क्यों नहीं दी, जिनके द्वारा उपरोक्त पदार्थ या अन्य विषैले शाक, धान्य और फलादि हमको सुख प्रद प्रतीत होते ?

हास्यका स्थान है—**मनुष्यका प्रचलित आहार**, वड़े, वड़े रसायन शास्त्र-वेत्ताओंकी बुद्धि द्वारा, ऐसी, मूर्खताकी नींवके सिद्धान्तोंपर रखे हुए विज्ञानका परिणाम है, जो पशु बुद्धिके सदृश अपने खाद्य पदार्थोंके चुननेमें असमर्थ होते हुएभी निरर्थक वाद-विवाद करता रहता है, और हमारी मतिमान् सर्व श्रेष्ठ जातिपर यह कलङ्क आरोपित करता है—हम ससारके सब जीवोमें श्रेष्ठ होते हुए और विज्ञानकी शिखरपर पहुँचते हुएभी अपना खाद्य पदार्थ नहीं चुन सकते, यद्यपि जगतके सभी जीव अपने खाद्य पदार्थोंसे परिचित हैं ।

हम उन दुग्ध-पान करने वाले बालकोसेभी गये बीते हैं, जो कोई कटु या विषला और उनकी प्रकृतिके प्रतिकूल पदार्थ माताके स्तनोपर लग जानेसे उसके दोषोंका ज्ञान करके, तत्क्षण माताके स्तनोसे मुख मोड़कर रुदन करने लगते हैं । इसके अतिरिक्त प्रायः यहभी देखनेमें आया है, कि कोई, कोई शिशु जन्म कालसेही, स्वस्थ होते हुएभी, माताके स्तनोंसे दुग्ध-पान नहीं करते, जिसका केवल एक यही अर्थ है—माताके किसी रोगसे पीडित होनेपर वह दूध, इतना अस्वादिष्ठ और अप्रिय हो जाता है कि बालकको उससे ग्लानि होती है । परन्तु लज्जाका स्थान है, कि हम मतिमान् मनुष्य-देव, इतनेपरभी अपने अज्ञान बालकोसे शिक्षा लेकर, किसी अयोग्य पदार्थसे घृणा नहीं करते, क्योंकि हमारा नाम **नयन सुख** होते हुएभी हम आखो वाले अन्धे हैं, या यों कहना अनुचित न होगा—जितना बुद्धिका प्रभाव बढ़ता गया, उतनेही हम अस्वच्छता तथा अधोगतिको प्राप्त होते गये । क्योंकि हमको यह गर्व हो गया—हम विषको अमृत बना सकते हैं, और अस्वच्छसे अस्वच्छ पदार्थको स्वच्छमें परिणत कर सकते हैं । परन्तु यह सब अभिमान मात्रा है—न विष अमृत हो सकता है, न दुर्गन्धित पवित्र हो सकता है, और न कड़वा मीठा बन सकता है । हा इतना अवश्य है—जिस प्रकार हलका रत्न भारी रत्नमें छिप जाता है, किसी पदार्थकी अपवित्र गन्ध अन्य किसी तीक्ष्ण गन्धसे छिपायी जा सकती है, या उसके अन्य दोष किसी अन्य उत्तेजक पदार्थकी तीक्ष्णतासे दबाये जा सकते हैं । किन्तु वास्तवमें ऐसे दोष युक्त पदार्थ हमारे लिए प्रकृतिसेही अखाद्य होनेके कारण अप्राकृतिक हैं ।

इसमें सन्देह नहीं कि मानव जातिने, अपनी कुशलतासे, जो गौरव प्राप्त किया है, यदि हमारे स्वास्थ्यका नाश करने वाला और हमारी स्वार्थ पूर्ण तृष्णा पर अवलम्बित न होता तो अवश्य सराहने योग्य था । परन्तु इसकी, ऐसी, गिरी हुई दशा देखकर, जिससे हमारी जाति दिनो दिन निर्बलता तथा अधोगतिको प्राप्त हो रही है विना नेत्रोंसे अश्रु पात किये नहीं रहा जाता । इसने अपनी बुद्धिसे आकाशमें बाते करने वाले पर्वतोंको पातालमें मिला दिया, जल, वायु, आकाश और पृथ्वी सभीपर अपना स्वत्व जमाया है, और सृष्टिके अन्य जीवही नहीं, वरन् अपनी जातिपरभी अनुचित अधिकार और शासन सरीखे घृणित कर्म करनेतककी चेष्टा नहीं त्यागी । इसपरभी इसकी बुद्धि अनावश्यक तृष्णाके कारण खाद्य और अखाद्य पदार्थोंके जाननेमें असफल रही । इसीसे इसने जड़ और चैतन्य सभी पदार्थोंको अपना भोजन बनाया है । यह समस्त सृष्टिके पदार्थोंका धौंगा-धौंगी, भोगनेवाला होकर अन्य जातिके जीवोंसे सहानुभूति करके, न्यायशील प्रकृतिके निमित्त उनके लिए कोई पदार्थ छोड़ता ! नहीं, यहतो उनकोभी मारकर अपने भाड सरीखे उदरमें झोंकना चाहता है ! हा ! सहस्र बार धिक्कार है इस मानवीय बुद्धिपर, जो अपने प्रचलित आहार के कारण पशु बुद्धिसेभी गयी वीति है !

## प्राकृतिक और अप्राकृतिक भोजनोंमें अन्तर

**प्रा**कृतिक और अप्राकृतिक भोजनोंका अन्तर जानना बहुतही जटिल समस्या है । क्योंकि मनुष्य-देवताको अपनी चतुरतापर इतना अभिमान है, कि वह प्रत्येक अप्राकृतिक पदार्थको उसके दोषोंको छिपा देने, या अपनी ज्ञानेन्द्रियोंको धोखा देनेकी योग्यता होनेके कारण, प्राकृतिकही कहते हैं । परन्तु यह बात विज्ञान विपरीत है । प्राकृतिक पदार्थ केवल वही हैं, जिनको हम प्राकृतिक रूपमें प्राप्त कर सकते हैं, और जिनका हम प्राकृतिक रीतिसेही सेवन कर सकते हैं ( जिनकी प्राकृतिक दशामें कोई अप्राकृतिक परिवर्तन नहीं करना पड़ता ), जिनकी गन्ध हमारी नासिकाको उत्तेजनाया ज्ञान नहीं देती, जिनका स्वाद तीक्ष्ण एवं उत्तेजक प्रतीत नहीं होना, जिनके सेवनसे ओठोंमें चिक्कन या दाह नहीं होती, जो दातोंको रगटे, कटोर और किंकिरे होनेसे कष्ट नहीं देते, जिनको दन्त

और नख विना शस्त्रकी सहायताके चीर-फाड़ सकते हैं, जो कण्ठमें प्रवेश करते समय अटकते नहीं, जिनकी शुष्कताके कारण, उनके रसोंकी पूर्ति करनेके निमित्त आमाशय और मुखसे अधिक स्राव नहीं होता या जिनके-घर्षण द्वारा अधिक लार उत्पन्न नहीं होती, जो नेत्रोंको देखनेमें अप्रिय प्रतीत नहीं होते, जो हस्तोंको स्पर्श करनेमें घृणित नहीं लगते, और जिनके जीवन-कोष हमारे आमाशयिक और मौखिक जीवन-कणोंकी अपेक्षा कोमल और अत्यधिक रस युक्त होनेसे विना परिश्रमके पाचनमें आसकते हैं । किन्तु वह पदार्थ हमारे भोजनार्थ प्राकृतिक नहीं हैं, जिनको हम अपने सेवनार्थ वृक्षों द्वारा प्राप्त करनेकी अपेक्षा रोटी-दाल, पूरी-पकवान, अचार-मुरब्बे, जर्दा-पुलाव, गांस्त-क़वाव एवं मिठाइयोंके सदृश कृत्रिम रीतिसे बनाते हैं और जिनकी अन्नादिके समान कचायन्व, हरे शाकादिके सदृश हीक और मासादिकी भाति अपवित्र गन्ध कम करने या उड़ाने के लिए रन्धन करने, या जिनकी मासादिके समान गन्धको छिपानेके लिए लहसुन, प्याज आदि सरीखे उत्तेजक मसालोंके मिलाने, या जिनकी तीक्ष्णता या अन्य दोषोंको जिह्वाके कण्टके भयसे छुप्त करके स्वाद परिवर्तन करनेके निमित्त जिमीकन्द, घुइया ( अर्वा ) और काढ़के सदृश अग्नि द्वारा भूनने या उबालने, या जिनकी खटाईसे दांतोंके दुखके अनुमानसे इमली, या नींबूकी नाई खटाईको न्यून करनेके अर्थसे उनमें शकर मिलाने, या जिनके कड़वेपनसे जिह्वाको उसका ज्ञान न होने के लिए करेले सरीखे कटु पदार्थोंमें सोंफ़ और खटाई आदि सम्मिलित करने, या कठल, नारियल, सुपारी या बकरेकी भाति कठोर त्वचा या शरीर वाले पदार्थ, जिनके चीरने-फाड़ने या तोड़नेमें नख और दन्त असमर्थ हैं, को काटनेके हेतु अस्त्र काममें लाने, या जिनकी शुष्कताके कारण शुष्क धान्यों, उनके आटे, जामन और फूट आदि सरीखे कण्ठमें अटकनेवाले पदार्थोंके निगलनेके अर्थसे घृत, तैल, रसीले शाकोंकी भाजी, नमक और शकर आदि प्रयोग करने, या जिनकी रुखी प्रकृतिसे आलू, शकरकन्द आदिकी नाई उनको रसीला करनेके निमित्त जलका मिश्रण करने, या जिनकी अचैतन्यताके हेतु खड़ी सरीखे पदार्थोंको चैतन्य करनेके अर्थसे हिम ( बर्फ ) द्वारा चैतन्य करने, या जिनकी कठोरताके निमित्त शुष्क धान्यादि सरीखे कठोर पदार्थोंको कोमल या फोके बनानेके अर्थसे जल, घृत, या बालू आदि द्वारा रन्धन करने, या जिनकी तीक्ष्णताको न्यून करनेके

लिए अमल ( तेजाव ), कास्टिक, पोटेश या सोडेके समान तीक्ष्ण पदार्थोंमें जल मिलाने सरीखे अप्राकृतिक साधन प्रयोग करने पड़ते हैं, या जिनसे बालू, और पाषाणके सदृश दांतोंको सेवन करते समय दुःख होता, या जिनसे मांस और सड़े हुए पदार्थोंके सदृश हस्तों और नेत्रोंको स्पर्श करने एवं देखनेमें घृणा प्रतीत होती है । सारांश यह है कि हमारे लिए वही खाद्य पदार्थ प्राकृतिक हो सकते हैं, जिनके सेवनार्थ किसी कृत्रिम क्रियासे अप्राकृतिक ( प्रकृति द्वारा रचित परन्तु हमारी प्रकृतिके प्रतिकूल या मनुष्यकी क्रियाओं द्वारा बनाये हुए ) पदार्थोंके वास्तविक अप्रिय स्वाद या रूपको छिपानेके हेतु किसी प्रकारके मसालों, या उत्तेजक पदार्थोंके मिश्रणकी आवश्यकता नहीं होती, या जिनका अग्नि द्वारा रन्धन करके स्वाद परिवर्तन करने और हीक, दुर्गन्ध तथा तीक्ष्णतासे वञ्चित करनेको बाध्य नहीं होना पड़ता, या जिनको रसहीन होनेके कारण जलसे शून्य या चैतन्यतासे रहित होनेपर हिमसे चैतन्य करनेके सदृश अन्य अप्राकृतिक साधन नहीं करने पड़ते । निदान संसारमें कोईभी पदार्थ जो भलेही कृत्रिम नहीं है, अर्थात् प्राकृतिक रूपमें वृक्षों द्वारा प्राप्त होता है, किन्तु मनुष्यकी ज्ञानेन्द्रियोंकी प्रकृतिके विपरीत है, कदापि हमारे सेवनार्थ प्राकृतिक नहीं कहा जा सकता । परन्तु वही पदार्थ सृष्टिके अन्य जीवोंमेंसे किसी जीवके हेतु, यदि उसकी प्रकृतिके अनुकूल है, प्राकृतिक कहा जा सकता है । जैसे—घास पशुओंके लिए, आकके पत्ते बकरियोंके निमित्त, बबूलके बड़े बड़े काटे और नीमके कटु पत्ते ऊंटके हेतु, मिर्च ( लाल ), सुपारी आदि तोते सरीखे जीवोंके अर्थसे और मांस सिंहादिके सेवनार्थ प्राकृतिक हो सकता है । कारण यह कि हमारे दांत पशुओंके सदृश घास नहीं चबा सकते, न हम विना पीड़ा और दाहका ज्ञान किये बकरियोंकी नाई आककी पत्तियाही सेवन कर सकते हैं, न ऊंटके समान बबूल ( काँकड ) के बड़े, बड़े घाव करने वाले शूल ही चबा सकते हैं और न नीमके कड़वे पत्तेही सेवन कर सकते हैं, और न तोतेकी प्रकृतिके अनुसार विना अभ्यास किये मिर्चही भक्षणकर सकते हैं और न सुपारी सरीखे कठोर पदार्थोंकोही उसकी चोचके अनुकूल अपने दातों द्वारा सुगमता पूर्वक कुतर सकते हैं । निदान सिद्ध होता है, कि हमारे लिए प्राकृतिक पदार्थ केवल वही हैं जिनके सेवन करनेसे हमारे खाने-पीनेके पदार्थोंकी भलाई-बुराईका ज्ञान देनेवाले, यन्त्रों ( ज्ञानेन्द्रियों ) को दुःख या घृणा नहीं होती है ।

क्योंकि यदि वास्तवमें, जैसा मनुष्यका अनुमान है, समस्त पदार्थ मनुष्यके भोगनेके लिए या मनुष्यकाही भोजन होते, तो हमारी नासिकाको सुअरके समानही विष्टेमें अप्रिय गन्ध न प्रतीत होती, हमारी जिह्वाको तोतेकी नाईही मिर्चकी तीक्ष्णताका ज्ञान न होता, ऊटके अनुसारही बबूलके काटोंसे हमारे मुखको पीडा न पहुंचती और नीमके पत्तोंमें जिह्वाको कड़वा-हट न भासती, पशुओंके अनुकूलही हम सुगमता पूर्वक अपने दातोंसे घास चबा सकते, और मकड़ीके सदृशही हम विना मितली और मन दुःखी हुएही मक्खीको चूस सकते थे । किन्तु नहीं । संसारके सर्व पदार्थोंपर हमाराही स्वत्व नहीं है । अतः सब पदार्थ हमारे सेवनार्थ नहीं हो सकते । हमारे लिए केवल वही पदार्थ हो सकते हैं, जो हमारी प्रकृतिके अनुकूल हैं ।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि धींगा-धीगी हम संसारके सब पदार्थोंके भोगने वाले बन बैठे हैं । और इसीसे निष्कृष्टसे निष्कृष्ट, घृणित एवं दुःख प्रद और हमारी प्रकृतिके प्रतिकूल कृत्रिम पदार्थभी हमारे प्रिय और सुस्वादित भोजनोका स्थान पा रहे हैं । परन्तु इसका केवल एक यही कारण है, कि जैसे एक व्यायाम करने वाला यद्यपि आरम्भ कालमें जो उसके द्वारा दुःख होता है, उसका ज्ञान करता है, तथापि उसका अभ्यस्त होने पीछे, अर्थात् ज्ञान तन्तुओंके जीवन-कणोंके निर्जीव होकर शिथिल और कठोर होनेपर कष्टका अनुभव करनेकी अपेक्षा उसे नित्य व्यायाम करनेको बाध्य होना पड़ता है, अन्यथा वह, जबतक अभ्यास न छोटे बिना व्यायाम किये विकल रहता है, या जिस प्रकार पिटनेके अभ्यस्त वालोंको बिना पिटे कलही नहीं पड़ती, उसी प्रकार अप्राकृतिक पदार्थोंका अभ्यस्त होनेपर, बिना उनकी दिनो दिन अधिक मात्राकी उत्तेजना द्वारा जिह्वाको स्वादही नहीं आता । परन्तु ऐसे बुरे पदार्थों और क्रियाओंका अभ्यस्त होकर उनका स्वभाव पड़जानेसे उनको प्राकृतिक कहना भूल है ।

वह सब अप्राकृतिक पदार्थ, जो मनुष्यकी प्रकृतिके प्रतिकूल हैं, मुखमें पहुंचते ही हमारे शरीरपर अपकार करना आरम्भ कर देते हैं, वरन् यहातरु कि जिस समयसे उनके अदृश्य तीक्ष्ण परमाणु गन्ध द्वारा नासिकामें पहुंचते हैं, शरीरके अनेक कोमल जीवन-कोषोंको अपनी तीक्ष्णताके बलसे तोड़ या खुरचकर वेधना द्वारा नष्ट तथा क्षीण कर हमारे जीवनके रासायनिक पदार्थोंका रूपान्तर करके हमारे

जीवन-दीपके बुझानेका प्रयत्न करना आरम्भ कर देते हैं । इसीसे नित्य अप्राकृतिक भोजन बनानेके मसाले ( सोंफ़, जीरा, धनिया, लोंग, मिर्च, इलायची, सोंठ, पीपल, अदरक, अजवायन, मेथी, तेज़पात, प्याज़, लहसन, जावित्री इत्यादि ) कूटने छानने एवं उनके बघार (छोंक) मात्रकी गन्धसेही बड़ी दुःखप्रद खांसी तथा छीकें आती हैं, और नासिकाके जीवन-कणोंके टूटनेसे नासिका द्वारा जल प्रवाहित हो जाता है, और हमारे जीवनका सरोवर इसी प्रकार एक, एक जीवन कोषकी कुसमय और अनुचित मृत्युसे समयसे पूर्वही शुष्क हो जाता है । फिर भला ऐसे तीक्ष्ण पदार्थ, जिनकी गन्ध मात्रसेही शरीरको इतना कष्ट और क्षति होती है, शरीरके भीतर पहुंचकर अति कोमल जीवन-कणों और अवयवोंसे संसर्ग होनेपर, क्या न करते होंगे ? अपरञ्च वह कड़वे, खट्टे, कसीले, खारी और धसकीले पदार्थ, जिनके दोषोका प्रायः दूरसेही नासिका सूँघकर और जिह्वा चखकर अनुभव कर लेती है, या जिनकी कोठरता और खटाईसे उनके दूषित गुणोंको हमारे दात बता सकते हैं, या जिनको कण्ठमें जानेके निमित्त अटकनेसे कण्ठको उनके अवगुणोका ज्ञान होता है, या जिनकी कठोर त्वचादि होनेसे दन्त और नख छीलनेमें असफल होनेके कारण उनके विकारोकी सूचना देते हैं, या जिनके देखने अथवा स्पर्श करनेसे ग्लानि द्वारा उनसे बचनेकी प्रकृतिसे चेतावनी मिलती है—किस प्रकार विना अपकार किये रहते होंगे ? इसके अतिरिक्त भकायन्व देने वाले शुष्क धान्य (नाज) या अन्य पदार्थ, जिनकी शुष्कता या कठोरताके कारण, उदरस्थ करते समय, उनके घर्षण द्वारा तथा उनके रसोंकी कमी पूरी करनेके हेतु, हमारे मुख आमाशय यकृत और अन्त्रादिके, कोमल जीवन-कणोंका अधिकतासे स्राव होनेपर, जीवनके रासायनिक पदार्थोंका रूपान्तर होनेसे दिनो दिन उनकी जीवन शक्तिया कम होनेके कारण हमारे जीवनकाभी अन्त होता जाता है, या कष्टप्रद झले देने वाले तैल आदि, जिनके रन्धन करते समयकी गन्ध और गैस ( वायु ) मात्रसे हमारे मास्तिष्कके जीवन-कोषोंके तरल पदार्थोंका स्राव होनेपर चक्कर आने लगते हैं, या प्याज़ लहसन मिर्च और हींग आदिके छोकके गैसकी तीक्ष्ण गन्ध, जिससे नासिका विकल हो जाती है, या तम्बाकू और मिर्च सरीखे विषैले पदार्थ जिनके बाजारोंमें जानेसे उनकी धसका देने-वाली गन्ध मात्रसे नासिका महान दुःख पाती है, या धुएँ एवं हुक़ेके विषैले गैसोंसे जिनके पान करनेसे तीव्र खांसी उठती, और नेत्रों तथा नासिकामें पहुंचनेसे

कोमल जीवन-कणोंके प्रहारित होनेसे उनमें घाव हो तरल पदार्थ प्रवाहित होनेके कारण जीवनके रासायनिक पदार्थोंका रूपान्तर होकर उनकी जीवन शक्तियाँ व्यय होती हैं, तथा उनसे बने हुए उस कार्बन गैससे जिससे शरीरको हानि पहुँचना सभी वैज्ञानिकोंने सिद्ध किया है—किस प्रकार हमारे फूल सरीखे कोमल शरीरपर उपकार हो सकते हैं ? नहीं ! कदापि नहीं ! ! यह निरन्तर अपने प्राकृतिक विपरीत दोषोंसे हमारे शरीरपर, जीवन-कोषोंको नष्ट तथा क्षीण करके, उनके जीवनकी स्थिति ख़तरने वाले रासायनिक पदार्थोंका विकृत जीवन-कणोंमें रूपान्तर करके, नाना प्रकारके दुःखों तथा रोगों द्वारा शरीरपर अपकार करते और हमारी मृत्युका समय क्षण, क्षणपर निकट लाते रहते हैं, क्योंकि अनुचित रीतिसे एक जीवन-कणकी मृत्यु भी प्रकृति द्वारा हमारे जीवनकी नियतकी हुई अवधिको न्यून करनेके निमित्त वैसाही हानि प्रद साधन है जैसे किसी सरोवरका सूर्यके तापके अतिरिक्त एक बिन्दु-जल लेनेसेभी वह अपनी प्राकृतिक अवस्थाके समयसे पूर्व उस बिन्दुके परिमाणानुकूल कुछ क्षण पहिले शुष्क हो जाता है । इसके अतिरिक्त उपरोक्त अप्राकृतिक पदार्थोंकी, प्रकृति हमारे प्राकृतिक आहारके प्रतिकूल होनेके कारण, सदा तृष्णा बनी रहती है और हम कभी सन्तुष्ट नहीं होते । इसीसे बर्फ पीने वालोंकी प्यास दमन नहीं हुआ करती, और जिनके मुँह मदिरा लग जाती है वहभी लाओ, लाओ ही किया करते हैं । कारण यह कि इन अप्राकृतिक पदार्थोंकी उत्तेजनासे शरीरकी शक्तियाँ और रसोंका व्यय होनेके हेतु मुख और आमाशयके जीवन-कोषोंके शुष्क और प्रदाहित होनेसे हमारे ज्ञान तन्तुओंके शिथिल होनेपर हमको पहिलेकी अपेक्षा अधिक उत्तेजक पदार्थोंकी माग बनी रहती है । अतः ऐसी दशामें मनुष्यको, अपनी ज्ञानेन्द्रिया शिथिल हो जानेसे, भले और बुरे तथा प्राकृतिक और अप्राकृतिक या खाद्य और अखाद्य पदार्थोंमें अन्तर प्रतीत न होनेके कारण, जिसप्रकार भगीको विष्टेकी गन्धही प्राकृतिक ज्ञात होती है, उसी प्रकार वह प्रकृतिक विपरीत पदार्थोंका आधीन होकर प्रकृतिके प्रतिकूल जानेकी चेष्टा करके उक्त कृत्रिम भोजनोंकोही प्राकृतिक आहार समझता है, और अपने शरीरके जीवनके रासायनिक पदार्थोंका विकृत पदार्थोंमें रूपान्तर करके अनेक व्याधियाँ उत्पन्न करता हुआ स्वयं अपनी मृत्युको निकट लाता है ।



## कुछ कृत्रिम भोजनोंसे अपकार



### शाक

**शा**कादिमेंसे कोईभी ऐसी भार्जी नहीं हैं, जो प्राकृतिक कही जा सके । क्योंकि कोई शाक प्राकृतिक रूपमें हीक और कचायन्ध सरीखी गन्ध प्रकट करनेके कारण और प्रायः फलोंकी अपेक्षा अप्रिय स्वाद रखनेके हेतु हमारी ज्ञानेन्द्रियोंको अपने नैसर्गिक रूपमें प्रिय नहीं हंता । इसीसे हम उनके दोषोको दमन करने या छिपानेके निमित्त रन्धन किया तथा उत्तेजक और तीक्ष्ण मसालोंकी सहायता लेकर, कृत्रिम साधनोंका प्रयोग करते हैं । इसके अतिरिक्त यद्यपि अधिकांश शाक रसीले हैं, तथापि उनकी उत्तेजक गन्ध और तीक्ष्ण स्वादसे हमारे मौखिक और आमाशयिक जीवन-कणके टूटनेपर उनके तरल पदार्थोंका स्राव होकर एवं दाहकी उत्तेजना होनेके उपरान्त शरीरके तन्तुओंमें प्रतिक्रिया होनेसे अनुत्तेजक फलोकी अपेक्षा हमारी शक्तियां अधिक व्यय होती हैं । अपरञ्च शाकोंके पत्ते या डंठल सेवन करनेसे औरभी हानि होती है । क्योंकि उनमें तन्तुओंका अधिकांश होनेसे वह खाते समय दांतोंमें घासके सदृश अटक जाते हैं, और तन्तुओंका पाचन न होनेके कारण रक्तकी अपेक्षा मलही अधिक उत्पन्न करते हैं ।

गाजर, मूली सरीखे शाकोंको प्रायः मनुष्य प्राकृतिक रूपमें अपनी ज्ञानेन्द्रियोंपर बलात् अधिकार करके सेवन करते हैं । परन्तु इनके अकृत्रिम रूपमें खानेपरभी यह शाक प्राकृतिक नहीं हो सकते । क्योंकि मूली इतनी चर्परी और तीक्ष्ण गन्ध वाली है, जिससे मुख और आमाशयही प्रदाहित होकर अपने जीवन मय द्रव पदार्थोंका स्राव नहीं करते, प्रत्युत किसी, किसी समय जिह्वा झलझला उठती है और नासिका तथा नेत्रोंसे जलका स्राव होकर हमारे जीवनका मृत्युमें रूपान्तर होने लगता है । इसकी अपेक्षा गाजरभी कुछ उत्तेजना पूर्ण हीक देती है और मुखमें संसनाहट उत्पन्न करती है, वरन् किसी, किसी देश और जातिकी मुखमें छाले डालती और प्रायः उसके बीजोंसे प्रसूताओंको गर्भ पात हो जाता है । अतः शाक श्रेणीके प्रायः सभी पदार्थ रसीले होनेपरभी अपनी उत्तेजना द्वारा हमारे स्नायु आदिके तन्तुओंको उत्तेजित कर प्रति-क्रिया उत्पन्न करनेपर, और अपनी तीक्ष्णतासे हमारे

जीवन-कोपोपर प्रहार कर वायुकी सहायतासे उनके जीवनके रासायनिक पदार्थोंका रूपान्तर करके हमारे रसोका छाव करनेसे हमारी जीवन शक्तियोंको लाभकी अपेक्षा अधिक क्षीण करते हैं । इस लिए यह सभी वर्जित हैं । परन्तु फिरभी दुःखी होकर कुछ विचारना पड़ता है । क्योंकि स्वार्थ पूर्ण अन्यायी और विदेशी, प्रभुता दिखलाने वाले, शासकोंकी असीम कृपाके कारण हमारे कङ्काल होनेसे हमारी आर्थिक दशा इतनी अधोगतिको पहुँच गयी है कि अधिकांश भारत माताके दीन पुत्रोंको निष्कृष्टसे निष्कृष्ट अन्नभी दिनमें केवल एकही समय बड़ी कठिनातासे इतनी मात्रामे प्राप्त होता है कि उस समयभी वह क्षुधा निवारणार्थ यथेष्ट नहीं होता, फिर भला प्रत्येक व्यक्ति कैसे उत्तमोत्तम रसीले फलोंको प्राप्त करके अपने जीवनकी वृद्धि करनेके निमित्त उनपर निर्वाह कर सकता है । अतः शाकोंके उत्तेजक और हीनकमय होनेपर भी ऐसे दीन रोगियोंके निमित्त जो अपनी आर्थिक दशाके विगड़नेसे फल नहीं सेवन कर सकते हैं, निम्नाङ्कित जातिके सदृश गुणवाले शाकोंके सेवनकी सम्मति दीजासकती है —

मीठे टोमेटो ( जिनमे अधिक खटाई नहो ), कद्दू ( घिया, आलू या राम तुरई ) चबेंडे, तोरी, परवल, टिन्डे या शलजम और पतली एवं कोमल गाजर आदि या इन्हींके सदृश अन्य शाकादि ।

उपरोक्त शाकादि हलके और रस युक्त होनेसे आमाशय और अन्त्रादिपर अधिक बोझ न डालने और सुपाच्य होनेके कारण बिना मसाले आदिकी सहायताके वाष्प द्वारा उबले हुए सेवन करनेसे अधिक हानि नहीं देते और इनसे रसों द्वारा शीघ्र रक्तकी वृद्धि होती है । परन्तु फिरभी रोगीकी दशाके अनुकूल विचारनेकी आवश्यकता है ।

हमारा दृढ़ अनुमान है कि जैसे भारतीय जनताने खद्दरको अपनाकर विदेशियोंके दात खटे किये हैं वैसेही यदि भारत माताके लाल अन्नादिकी अपेक्षा शाकादिकी कृषि करके उनपरही अपने जीवनका निर्वाह करने लगे तो निम्न लिखित पांच अपार लाभ होंगे —

प्रथमः—सब जनताको, जो कङ्कालसेभी परे है, उदर पूर्तिके निमित्त दिनमें कई बार यथेष्ट भोजन मिलेगा, प्रत्युत इतनी उपज होगी कि खानेपर भी न खाया जायगा ।

द्वितीयः—हमारे भोज्य पदार्थ, जिनपर हमारा प्राकृतिक अधिकार ( पैदायशी हक् ) है इङ्ग्लेण्ड, फ्रांस और जर्मनी आदि निवासियों, जो हमारे हाथकी रोटी छीनकर हमारे जीवनका अन्त करना चाहते हैं, के भाड़ सरीखे उदरमें झोंकनेके निमित्त न जा सकेंगे, और जिस प्रकार धान्यादिके विदेश जानेसे दिनो दिन हमारी भूमिकी उपज घटती जाती है ( क्योंकि उनके विदेश जानेके कारण कृषिके निमित्त खाद्य बननेके लिए हमारे देशमें उनका रूपान्तर न होनेसे भूमिकी शक्तिया निर्वल होती हैं ) आगे को न होगी । इसके अतिरिक्त धान्यादि पदार्थोंके विदेश जानेसे, जो अन्य देशोंकी भूमिकी उपज शक्ति वृद्धि कर रही है वह रुक जावेगी ।

तृतीयः—हम रोगोसे मुक्त रहेंगे, बल प्राप्त करेंगे और दीर्घायु होंगे ।

चतुर्थः—अन्नादि द्वारा बने हुए भोजनोके लिए जो झमेले करने पड़ते हैं उनसे अधिकांश मुक्त हो जावेंगे, और जिस प्रकार खदर पहनेसे धनकी वचत होती है, इनसेभी हम एक बड़े भारी व्ययसे छूट जावेंगे ।

पञ्चमः—सबसे बड़ी बात यह है कि हमको निर्दयी शासकोके पञ्जोमें न रहकर स्वतन्त्रता देवीके दर्शन होंगे । अतः इनकी कृषि हमारे लिए अपने स्वत्वोंको सुरक्षित करने और स्वाधीनता प्राप्त करनेके हेतु शांति भङ्ग न होने देनेवाला अस्त्र है ।

## हरे धान्य

हरे धान्योंमेंसेभी ऐसे बहुत कम हैं, जो कुछ सीमातकभी प्राकृतिक हके जा सकें । कारण यह, प्रथम तो वह उन्नति करते, करते घासोंसे धान्य रूपमें विकास करके मनुष्यकी अलौकिक बुद्धि द्वारा, ऐसेही, उत्पन्न किये गये हैं, जैसे शल्य ( कलम ) क्रियाओ द्वारा अनेक प्रकारके आम, नीबू, नारंगी, संगतरे और लोकाट आदि फलोंकी जातिया किसी जातिके फलके वृक्षको विकास देकर उत्पन्न की गयी हैं । इसी से धान्यकी बहुत कम जातियां ऐसी हैं, जिनके बीज वर्षा, वायु एवं ऋतुओ आदिसे सुरक्षित रखनेको बाध्य न होना पड़े । अन्यथा यदि सब धान्य प्राकृतिक होते तो अन्य घासोंके सदृश उनका बीज क्षेत्रमें पड़ा हुआ बिगड़ा न करता, और प्रति वर्ष घासकी नाई, बिना कृषि किये हुए स्वत ही

उगता और फलता, द्वितीय ऐसे धान्योंकी बहुत कम जातियाँ हैं, जिनमें बिना रन्धन सरीखे कृत्रिम साधनोंकी सहायता लिए अधिक हीक देने वाली ऐसी गन्ध प्रतीत न हो जिसके कारण वह अपनी उत्तेजना द्वारा हमारी जीवन शक्तियोंका किसी न किसी अंशमें व्यय न करें; तृतीय ऐसे धान्योंकी जातियाँ भी कम ही प्रतीत होती हैं, जिनकी गन्धमें हीककी न्यूनता हो, और जिन्हें हमारे दाँत, या नख बिना ग्लानि और कष्टके क्षुधा निवारणार्थ छीलसकें, चतुर्थ वह पाचनमें भी बहुत काम एवं बड़ी कठिनाई आती है और तन्तुमय होनेसे रक्तकी अपेक्षा विष्टा अधिक उत्पन्न करती हैं। इसीसे गेहूँका बीज बिना रक्षा किये और बोये क्षेत्रमें पड़ा, पड़ा स्वयं प्रकृतिकी सहायतासे उपजकर फल नहीं देता, उर्द, मूग आदिकी हीक और कच्चेपनकी गन्ध बिना रन्धन किया और मसालोंके प्रयोग किये कम और उसका दमन नहीं होता, गेहूँ या यवकी बाल छीलते समय नख और दन्त को कष्ट और चनोका छिलका पृथक् करते समय छिलकेके ऊपर चिपकने वाली खटाईके होनेसे ऊगलीके पोरुओं एवं दन्त और नखोंको उसकी चिपकाहट और खटाईसे ग्लानि और कठोरतासे दुःख होता है, और उर्द सेवन करनेसे उसकी अजीर्ण करनेवाली प्रकृतिके हेतु आमाशय एवं अन्त्रमें विषैले गैसों ( वायु ) के उत्पन्न होनेपर गुदा द्वारा दुर्गन्धित वायुका प्रवाह होता और दुर्गन्ध मय विष्टा आता है; और रसीले फलों या रसयुक्त शाकादिकी अपेक्षा परिमाणत बहुतही अधिक मात्रामे विष्टा उत्पन्न होता है। परन्तु हरे नवजीवित वान्य रसो और जीवनके रासायनिक पदार्थोंसे जीवन युक्त होने और वर्षों पर्यन्त खत्तियोंमें पड़े हुए, अपने जीवनके रासायनिक पदार्थोंका विषैले पदार्थोंमें रूपान्तर या वायुमण्डलमें लय हो जानेके कारण, जीवनसे शून्य शुष्क वान्योंकी अपेक्षा कहीं उत्तम हैं। इसीसे तीव्र-रोगोंमें लघनके उपरान्त हरे और कोमल नाजोका पथ्य देनेसे शुष्क धान्योंके सदृश जोखिममय आपत्तियाँ कम होती हैं। तथापि हमने रोगियोंको इनका पथ्य वर्जितही रक्खा है। क्योंकि इनके पाचनार्थ आमाशयको रसीले फलोंकी अपेक्षा इनकी अत्यन्त कठोरता और शुष्कताके कारण अधिक परिश्रम और रसोंका स्राव करना पड़ता है, जब कि ऐसे समयमें हमें शरीरको इसके प्रतिकूल विश्राम और रसोंके देनेकी आवश्यकता होती है।

## शुष्क धान्य

शुष्क धान्योंमेंसे तो कोईभी ऐसा नहीं, जो प्राकृतिक भोजनोंकी श्रेणीमें किसी सीमातक स्थान पासके । क्योंकि प्रत्येक नाजमें उत्तेजना द्वारा हमारी शक्तियां व्यय करने वाली हीक मय और कच्चेपनकी ऐसी गन्ध आती है जो विना रन्धन क्रिया या मसालोंके न्यून और दमनही नहीं की जा सकती । अपरञ्च शुष्कताके कारण यद्यपि रसोंके निकल जानेसे वह बोझमें हलके होजाते हैं, परन्तु तन्तुओ और त्वचादिके कठोर और उनके जीवनके रासायनिक पदार्थोंमें न्यूनता तथा रसोका परिमाण कम होनेपर निर्जीव पदार्थोंकी, घटनेकी अपेक्षा, वृद्धि हो जानेके निमित्त वह आमाशयको भारी प्रतीत होते हैं, क्योंकि उनके पाचनार्थ उनमें रसोंकी न्यूनता और कठोरपनसे मुख, आमाशय और अन्त्रादिके नाना प्रकारके कोमल जीवन-क्रोधोंसे उनके चावने, उदरस्थकरने, पाचनमें लाने, अपने भीतर अधिक काल तक रहनेका बोझ सहन करने और उनके द्वारा बने हुए विष्टे-को त्यागनेसे बलात् इतनी अविकताके साथ रसोंका स्राव कराया जाता है, अर्थात् शरीरके जीवन भण्डारसे इतनी जीवन शक्तिया व्यय करायी जाती हैं, कि भोजन करते समयही शरीरके अवयवोंकी शक्तिसे अधिक भार पड़नेके हेतु शरीरके थक जानेपर, हमें आलस्य आने लगता है । क्योंकि जब रस हीन पदार्थ आमाशयमें पहुंचते हैं तो उनके रसोंकी कमीकी पूर्ति करके आमाशयिक तरल पदार्थोंसे समानता करनेके हेतु, आमाशयिक जीवन-कणोंसे उतनीही मात्रामें जितनी उन शुष्क पदार्थोंको रसीले करनेकी आवश्यकता होती है, रसोका स्राव होकर शुष्क पदार्थोंकी ओर उनको तरल बनानेके लिए वैसेही तीव्र गतिसे उनमें सम्मिलित होनेको हमारे आमाशयिक रस दौड़ते हैं, जैसे लोहेका अति शीतल और ऊष्ण किया हुआ चूरा एक पात्रमें भली भांति परस्पर मिला देनेपर एक दूसरेकी शीतलता और ऊष्णता एक दूसरेकी ओर दोनोंको समाना-वस्थामें करनेके निमित्त भागकर उक्त दोनों प्रकारके लोहेके चूरेकी ऊष्णता और शीतलताको समानरूप देती है; और फिर शीतल एवं ऊष्ण चूरेमें दोनोंका पूर्व ताप नहीं रहता । इसी प्रकार हमारे आमाशयमें शुष्क पदार्थ पहुंचनेसे न शुष्क पदार्थ शुष्क रहते हैं और न हमारा आमाशय रस युक्त रहकर जीवनमय रहता है । और इसीसे जितने अधिक शुष्क पदार्थ मुंहमें चवाये जाते हैं, उतनीही अधिक उक्त घर्षण

द्वारा तथा उनके रसोंकी कमीको पूरा करनेके हेतु मुहमें लार उत्पन्न होती है । अर्थात् हमारे जीवन-कोषोंकी उतनीही शक्तियों और जीवनका व्यय होता है । किन्तु तरल और हमारी प्रकृतिके अनुकूल पदार्थ अर्थात् अनुत्तेजक रस युक्त फलोका सेवन करनेसे आमाशयको उसी प्रकार अपने रसोंका स्वाद करनेको बाध्य नहीं होना पड़ता, जिस प्रकार जलसे भीगा हुआ मिट्टीका पात्र, जबतक जल शुष्क न हो, दूधको नहीं सोकता । निदान रसीले फलो, शाकों और हरे वान्योंकी अपेक्षा शुष्क धान्यसे हमारे मुख, भोजन नाली, आमाशय और अन्त्रादिक तरल पदार्थों अर्थात् शक्तियों और जीवनकी अत्यधिक हानि होती है । इसके अतिरिक्त शुष्क अन्नादि रसोंसे हीन होनेके कारण सुगमतासे कण्ठ द्वारा उदरस्थ नहीं किये जा सकते । इसीसे घृत, दधि, दूध, छाच या किसी प्रकार अन्य रसों ( जैसे रसीले रन्धित शाकादि ) की सहायता लेनी पड़ती है या लवण और शर्करा एवं खटाई मुखके जीवन-कोषोंके रसोंसे लार उत्पन्न करके उसके द्वारा कण्ठमें प्रवेश किये जाते हैं । इससे आगे अनुभवों द्वारा यह सिद्ध होता है कि वनस्पति वर्गमें विशेषतः अन्नही ऐसा प्रचलित आहार है, जिससे प्रायः चिकित्सकोंकी मूर्खताके कारण, तीव्र-रोगोंमें उपवासके पीछे सेवन करनेपर अनेक रोगियोंको सदाके लिए अपने जीवनसे हाथ डोनेको बाध्य होना पड़ता है । क्योंकि हरे धान्योंके शुष्क होनेमें उनके जीवनके अनेक रासायनिक पदार्थ वायुमण्डलमें लय हो जाते हैं और उनमेंसे अनेकका विकृत पदार्थोंमें रूपान्तर होकर शरीरपर विपैला प्रभाव पड़ता है, और उनके छिलके और तन्तुओके काष्ठवत् हो जानेसे शरीरको विश्राम और शक्तियोंकी अपेक्षा परिश्रम और आलस्य प्राप्त होता है । यह बात स्मरण रखने योग्य है कि जीवन केवल उन्हीं पदार्थोंसे प्राप्त होता है, जो जीवन-युक्त हैं, और जिनका सुगमतासे रूपान्तर होकर हमारे शरीरमें लय होनेपर रक्त बन सकता है । अतः शुष्क अन्न हरे वान्यकी अपेक्षा जीवनमें कम होनेसे सर्वथा वर्जित है । इसके उपरान्त यह भी यथार्थही है कि हम बहुत कम नाजोंको विना शल्य द्वारा, अर्थात् विना कृत्रिम साधनोंके उनके छिलके या भूसी उतारकर सेवन योग्य बना सकते हैं, और प्रायः सभी नाजोंको उनकी कठोरताके कारण दातोंमें न चबा सकनेके हेतु जलमें फुलाने तथा अग्नि द्वारा रन्धन करनेकी आवश्यकता होती है ।

## मसाले, शकर और लवणादि

**म**साले, और लवणादि तो किसी प्रकारभी हमारी किसी भोजन श्रेणीमें रख-  
कर प्राकृतिक नहीं कहे जा सकते । कारण यह कि वह इतने तीक्ष्ण और  
उत्तेजक हैं कि उनकी तीक्ष्णतासे जीवन-कोषोंके कष्टप्रद वेदनाके साथ खुचें  
जाने या कटनेपर जीवनके रासायनिक पदार्थोंका विसङ्गठन होकर उनसे अधिकताके  
साथ तरल पदार्थोंका स्राव होने लगता है, और उनकी उत्तेजनासे शरीरके तन्तुओंके  
उत्तेजित होनेपर रक्त संचारकी गति तीव्र होनेसे आमाशयही नहीं बरन् सर्व  
शरीरमें तापकी वृद्धि हो जाती है, और मुखमें मसालोंसे बना हुआ भोजन या मसाले-  
सेवन करनेके उपरान्त शरीरके रसोंका स्राव होनेपर ऐसी शुष्कता आजाती है कि  
उसके कारण भारीपन और कभी, कभी बबूलकी छालके चवानेके सदृश खुरदरापन  
प्रतीत होता है । इसके अतिरिक्त शरीरके तरल पदार्थोंका अनुचित स्राव होने,  
अर्थात् जीवन-शक्तियोंके व्यय होनेसे, यह परिणाम होता है कि मुख, भोजन  
तथा श्वास नाली, आमाशय, यकृत और अन्त्रादिमें दृश्य या अदृश्य घाव होकर दाह  
होने लगती है, जिससे मुखका स्वाद कसीला हो जाता है, और शरीरमें रसोंके  
न्यून हो जानेसे अत्यधिक जलकी प्यास प्रतीत होती है । अपरञ्च आमाशयमें चारो  
ओरके जीवन-कोषोंके समूहों द्वारा रसोंके स्रावित तरल पदार्थ एकत्रित होनेसे  
आरम्भ कालमें एकैक सड़न और विपैली वायु ( गैस ) उपन्न होती है; और  
शनैः, शनैः उस सड़नके लुप्त होनेपर उन्हीं विकृत तरल पदार्थोंका मदिरा, आसव या  
अमल सरीखे तीक्ष्ण पदार्थोंमें रूपान्तर हो, ऐसे तीक्ष्ण विषोंकी उत्पत्ति का हेतु  
होते हैं, जिनसे केवल गरिष्ठ भोजनोंके पाचनार्थही सहायता नहीं मिलती प्रत्युत यकृत  
और आमाशय द्वारा रक्तमें सम्मिलित हो शरीरके एक, एक परमाणुमें उनके दूषित  
बीज-रूप पहुंचकर हमारे जीवन-कोषोंको दूषित करके प्रत्येक अवयवको गलाते  
और क्षीण करते रहते हैं । इसीसे प्रायः मनुष्य ऐसे मिलेगे जिनको आदिमें साधारण  
पदार्थभी भूखसे अधिक सेवन करनेपर अजीर्णका हेतु होते थे, किन्तु वह मसा-  
लोकी तुष्णासे, पाचन शक्तिके निम्न होनेका ध्यान न करके निरन्तर अपने भोजनकी  
मात्रा बढ़ाते ही रहे । अन्ततः उनकी पाचन शक्ति न्यून होनेकी अपेक्षा इतनी अधिक  
होगयी कि पहिलेसे चार गुणा भोजन पचाने लगे और घृत या चर्बिले पदार्थोंकी  
भी बढ़ी, बढ़ी मात्राएं उनके आमाशयमें सुगन्तासे पचने लगीं । कारण यह कि-

प्रायः अजीर्णके उपरान्त अजीर्णको कुपथ्यसे सहायता मिलनेके कारण अमल, मदिरा या तीक्ष्ण विषोंके आमाशयमें उत्पन्न होनेपर उनकी सहायतेसे जो कुछ आमाशयमें पहुचता है वही पाचनमें आजाता है। परन्तु एक न एक दिन आमाशयमें उत्पन्न हुए हुए उन तीव्र विषोंकी कृपासे, हमारी सब शक्तियां व्यय हो जानेपर सर्व शरीरके निर्वलावस्थाको प्राप्त हो जानेसे आमाशयके जीवन-कण कठोर कार्य करने वाले मनुष्यके हस्त तलकी त्वचामें निर्जीव पड़ी हुई ठेकोंके सदृश कठोर होकर अपने रसोका स्राव करनेको शक्तिसे वञ्चित हो जाता है, और तीव्र अमलके जीवोंका पोषण बन्द हो जानेसे उनके निबल और क्षीण होनेपर फिर अजीर्ण बड़े भयङ्कर रूपसे प्रगट होता है।

हम मसालोंमेंसे किसी पदार्थकोभी, अन्य दूषित पदार्थोंके स्वादमें परिवर्तन करनेके अतिरिक्त, केवल उदर पूर्तिके अर्थसे, शरीरके पोषणार्थ सेवन नहीं कर सकते। अतः केवल लवणकी एक छोटीसी डली खानाभी कठिन प्रतीत होता है, वरन् किसी, किसी समय यदि, अपनी प्रकृतिके प्रतिकूल बलात् सेवनभी किया जाय, तो तुरन्त मुखादिसे अधिक रसोंका स्राव होने और तन्तुओंकी उत्तेजनासे वमन हो जाती है, और ऐसेही केवल शकर खानेसे उसकी तीक्ष्णता द्वारा कण्ठमें दाह होने लगती है, जिससे हम किसीभी ऐसे उत्तेजक पदार्थसे उदरपूर्ति नहीं कर सकते। इसीसे आज पर्यन्त कोई ऐसा मनुष्य नहीं हुआ, जिसने अपने जीवनका निर्वाह केवल लवण, मिर्च, हाँग या इलायची पर किया हो। अतः सिद्ध होता है कि कोई भी पदार्थ मसालेकी जातिसे हमारी उदर पूर्ति न कर सकनेके कारण हमारा आहार नहीं हो सकता। मसालोंको हम केवल स्वाद परिवर्तक (Luxuries) कह सकते हैं। निदान हमने प्रकृतिकी आज्ञानुसार मसालोंका सेवन मनुष्यके लिए वर्जित रक्खा है।

आयुर्वेदिक वैद्यो और यूनानी हकीमो तथा एलोपैथिक डाक्टरोंने मसालों द्वारा भोजनको पचानेकी अनुमति दी है। परन्तु खेदका स्थान है कि उन्होंने हमारे दीन और सुकुमार जीवन-कणोंपर कुछभी दयासे काम न लिया ! या यह न विचारा कि इन शूल सरीखे तीक्ष्ण मसालों द्वारा हमारे शरीरके जीवनके रासायनिक पदार्थोंका रसोंके स्राव होने और इनकी उत्तेजना द्वारा हमारे तन्तुओंके सामर्थ्यसे अधिक परिश्रम करनेपर किस प्रकार हमारी मृत्यु निकट लानेके लिए, हमारा



शरीर अपनी प्राकृतिक चैतन्यता और शक्तियां खो बैठता है ? अन्यथा वह इनके सेवन करनेकी कभी अनुमति न देते !

## दूध, दही, और छाच आदि

**दूध**, दही और छाच यद्यपि बहुत कुछ रसीले और जीवन युक्त पदार्थ हैं, परन्तु फिरभी हमारे लिए अप्राकृतिक हैं। क्योंकि दूध मनुष्यका आहार केवल उसी समयतक है, जबतक हमको प्रकृति माता दंत प्रदान नहीं करती है, और हम उसे अपनी माताके स्तनों द्वारा प्राप्त करते हैं। तदुपरान्त अन्याय पूर्वक उन सूक्ष्म पशुओंसे दूध प्राप्त करना, जो अपने दुःखकी गाथा सुनानेकी शक्ति नहीं रखते हैं, जो हमारी जाति और प्रकृतिसे सर्वथा भिन्न हैं, जो न जाने किस, किस रोगसे पीड़ित हैं, जिनका दूध हमारी माताके दूधकी अपेक्षा बोलमें भारी, गरिष्ठ, और कुस्वादु है, और जिनका दूध थनोसे निकालते समयसेही वायु आदिके संसर्ग द्वारा उसके जीवनके रासायनिक पदार्थोंका विसङ्गठन होकर वायु मण्डलमें लय होना और उनका विकृत पदार्थोंमें रूपान्तर होकर विषैला होना आरम्भ हो जाता है, जिसके कारण वह कुपाच्य और रेचक बन जाता है, सर्वथा बुद्धिपर पानी फेर देना है। इसके अतिरिक्त भारत वर्षमें पहिले पशुओंके बच्चोंको थन चोखाकर थनोसे दूध निकालनेके हेतु वह औरभी अपिन्न और दोष युक्त हो जाता है। अपरञ्च प्रायः दूध, दही आदिको मिट्टीके पात्रोंमें रखनेसे उसके दोषोपेक्षे वृद्धिही होती है। अतः दूधका पीना प्रकृति द्वारा निषेध है। परन्तु क्या किया जाय हमारी मानव जाति जिसके लगभग सभी धर्म स्वार्थपर निर्धारित हैं वैसेही दूध वाले जीवोंपरसे अपने अनाधिकारको नहीं हटाना चाहती जैसे प्रभुता दिखलाने वाले शासक प्रकृतिकी सृष्टिका दासत्वसे मुक्त होना नहीं चाहते। अतः यथा शक्ति रोग रहित पशुओंका धारोष्ण दूध पान करना चाहिये।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि धान्योंकी अपेक्षा स्वस्थ गौऊका धारोष्ण दूध मनुष्यको जीवन दान करनेके निमित्त कहीं अधिक उत्तम है। क्योंकि वह रसों और जीवनसे परिपूर्ण है। परन्तु खेद है कि हमारे मासाहारी महात्माओंके पशुओंको इस पृथ्वीसे मिटानेकी कटि बद्ध होनेके कारण दूधके दर्शनभी कटिन प्रतीत होते हैं। इसीसे हमारी आयु दिनो दिन घटती चली जा रही है। क्योंकि हमारे शरीरमें जीवनकी

स्थिति रखने वाला रक्त केवल रसीले पदार्थोंसेही अधिक उत्पन्न होता है न कि सूखी रोटियोंसे । और रसीले पदार्थोंमें न फलादि पर्याप्त हैं, न शाकादि मिलते हैं और न दूधहीके दर्शन होते हैं । अतः यदि भारतीय जनताको अपना जीवन रखना है तो फल, या शाकादिकी कृपि या दूध पर्याप्त होनेके साधनोंका यथेष्ट प्रयत्न करना चाहिये, अन्यथा भारत भूमिके इन पदार्थोंसे शून्य होनेपर एक दिन जो पारणाम होगा वह बड़ाही भयङ्कर है ।

दधि दूधसेभी कहीं अधिक हानि प्रद है । क्योंकि कृत्रिम साधनों द्वारा बनाये हुए और दातोंको खटे प्रतीत होने वाले पदार्थ प्रकृतिसेही हमारे सेवनार्थ नैसर्गिक नहीं हैं । इसके अतिरिक्त जामनके विपैले बीज कणोंसे जबतक दूधके जीवनके रासायनिक कणोंका हनन न हो अर्थात् विना उसका प्राकृतिक जीवन नष्ट हुए, उससे दही नहीं बनता । अपरञ्च दधिमें दूधकी अपेक्षा जीवन और रसोंके, वायुमण्डलमें लय हो जानेसे, न्यून रह जानेके निमित्त उसमें चिकने पदार्थोंका परिमाण पहिलेकी अपेक्षा अधिक हो जाता है । अतः आमाशयको उसकी चिकनायीके भारीपन और खटाईके तीक्ष्ण गुणोंसे अपने जीवन-कणों द्वारा उसके पाचनार्थ अपने तरल पदार्थोंका स्राव करनेका परिश्रम करनेको बाध्य होना पड़ता है, जिससे हमारी अनेक शक्तियां व्यय होतीं और नाना प्रकारके रोग उत्पन्न होते हैं । अतः दधिका सेवन वर्जित है । परन्तु इतना अवश्य है कि शुष्क पदार्थोंकी अपेक्षा दहीमें हमें जीवन प्रदान करनेकी शक्ति अधिक है ।

छात्र यद्यपि दहीसेही बनी है, तथापि दहीके सदृश अपने पाचनके हेतु आमाशयिक जीवनकोषोंके रसोंका अधिक स्राव नहीं चाहती । कारण यह कि उसमेंसे घृत निकाल लेनेपर उसकी चिकनायीका भार जाता रहता है और चिकने पदार्थोंकी अपेक्षा जलका अंश अधिक रहता है । परन्तु इसपरभी छात्र अपने प्राकृतिक अमलमय दूषित और तीक्ष्ण गुणोंसे शून्य न होनेके हेतु आमाशयिक जीवनके रासायनिक पदार्थोंका रूपान्तर करती, और हमारी शक्तियां व्यय करनेके निमित्त दहीके सदृशही हमारे जीवनकणोंको खुरचकर प्रशहित करके विपैला बनाती है । अतः इसका सेवन यथाशक्ति उचित नहीं ।

अनेक चिकित्सकोंका मत है—‘ छात्र आमाशयके दूषित विकारोंको, विपैले जीवोंका नाश करके, निकालती है । ’ परन्तु उन महाशयोंने यह विचारनेका कष्ट न

उठाया—जो इतना तीव्र पदार्थ है, जिससे विषैले जीव नष्ट हो जाते हैं, क्या आमाशयिक कोमल जीवन-कोषोंको कुछभी हानि न पहुंचेगी ? हा इतना अवश्य है—जिनको दूध, शाक या फल पर्याप्त नहीं है उनके जीवनका सहारा छाव हो सकती है; क्योंकि छावके रसीला होनेसे शुष्क पदार्थोंकी अपेक्षा रक्त अधिक बनता है ।

### घृत, चर्बी, तैल और अण्डे आदि

**घृत**, चर्बी, तैल और अण्डे आदिमेसे कोई पदार्थभी हमारी प्रकृतिके अनुकूल नहीं । हम कभीभी अण्डोंके अतिरिक्त उक्त तीनों पदार्थ रस अर्थात् चैतन्यतासे रहित और चिकनायीके कारण भारी (कुपाच्य) होनेसे केवल घृत, चर्बी या तैल सेवन करके विना अन्य पोषक पदार्थोंके जीवन निर्वाह नहीं कर सकते । अतः उक्त तीनों पदार्थ एक प्रकारके मसालेही हैं । इसीसे इन पदार्थोंको भोजनकी सूचीमें रखना भूल है । घृत, चर्बी, तैल और अण्डे आदि सभी लगभग ऐसे अप्रिय गन्ध वाले होते हैं, कि जवतक इनके सेवन करनेका अभ्यास न किया जाय, या इनमें मसाले तथा अन्नादि सरीखे पदार्थ न मिलाये जायं तो सह्य नहीं होते । इसीसे इनकी गन्धके तीक्ष्ण परमाणु इनके रन्धन करते समय हमारे मस्तिष्कको दुःखी और घृणासे उत्तेजित कर हमारी शक्तियां व्यय करते हैं । अपरञ्च इनके चिकने और रसोसे शून्य होनेके कारण इनके पाचनार्थ अन्नादि सरीख शुष्क और मासादि सरीखे गरिष्ठ पदार्थोंकी अपेक्षाभी आमाशय और अन्त्रादिसे अधिक परिश्रम लेकर उनके जीवन-कोषोंके रासायनिक पदार्थों द्वारा तरल पदार्थोंका स्राव होकर हमारे शरीरके जीवनकी अवधिमें न्यूनता और अनेक व्याधियां उत्पन्न होती हैं, और जितने चिकनायिके पदार्थ सेवन किये जाते हैं, उतनाही शरीर अधिक आलस्यपूर्ण और शिथिल होता जाता है । निदान् ऐसे पदार्थ कभीभी उपयोगी नहीं हो सकते ।

प्रायः चिकित्सकोका मत है—‘विना घृतादि सेवन किये मस्तिष्कमे शुष्कता आ जाती है, ’ इसीसे वह शिर पीड़ाओं आदिमें चिकने पदार्थोंके सेवन या प्रयोगकी अनुमति देते हैं । परन्तु यह एक मिथ्या धारणा है । क्योंकि शरीरमे शुष्कता होना अप्राकृतिक भोजनों या अन्य साधनों द्वारा उत्पन्न हुए हुए तापसे शरीरके रासायनिक पदार्थोंके जलने या किसी प्रकार व्यय होने अथवा शरीरके पोषणार्थ रसीले पदार्थ न मिलनेसे, रक्त उत्पन्न होनेमें कमी होनेका परिणाम है । अतएव घृत, चर्बी या तैल सरीखे किसी चिकने पदार्थसे जिसका पाचन सुगम न हो और जिससे हमारे

रसोंकी मात्रामे नाम मात्रकी वृद्धि होती हो—किस प्रकार हमारी शुष्कताको लाभ पहुंच सकता है ? हा, इतना अवश्य है कि घृतादिके दुर्तापवाहक गुणसे, जिस प्रकार हस्त तलसे तैल मर्दन करनेपर तीक्ष्ण जिमीकन्द ( सोरन ) की तीक्ष्णताका ज्ञान नहीं होता, उसी प्रकार घृतके प्रयोगसे कुछ कालतर शरीरमे तीक्ष्ण और विपैले पदार्थों या अजीर्ण द्वारा रसोंको शुष्क करनेवाली दाहके उत्पन्न होनेपर उस ( घृत ) के दुर्तापवाहक गुणसे हमें शुष्कताका ज्ञान कम प्रतीत हो । परन्तु इस प्रकार दोष युक्त दुर्तापवाहक पदार्थों द्वारा शरीरकी शुष्कताके भयसे दाहके दोषोंको रोकने या दमन करनेकी चेष्टा करना और तापके मूल कारणको न खोनाही एक ऐसा हेतु है कि कभी शिरके रोगोंसे पीड़ित रोगी, निरन्तर घृत सेवन और मर्दन करते हुएभी, शुष्कताके क्लेशसे मुक्त नहीं होता । प्रत्युत हमारा कहना है कि रसहीन चिकने पदार्थोंके सेवन करनेसे, उनमे दुर्तापवाहक गुण होते हुएभी, शरीरमे एक विशेष शुष्कता आजाती है । कारण यह कि चिकने और रसहीन पदार्थोंके पाचनार्थ और उनको अपने समान रसीला करनेके लिए आमाशय और अन्त्रादिको अपने सरल पदार्थोंका इतना व्यय और परिश्रम करना पड़ता है, कि हमारे आमाशय और अन्त्रादि अति शुष्क होजाते हैं । इसीसे अन्नादि शुष्क पदार्थोंकी अपेक्षा चिकने पदार्थ सेवन करनेसे अन्त्रादिके शुष्क हो जानेपर गुदा द्वारा विष्टेका त्यागन बड़ी कठिनतासे होता है, और सदा घृत और चर्बी आदि सेवन करने वाले कौष्ठ-वृद्धसे पीड़ित रहते हैं । अपरन्तु ऐसे गरिष्ठ पदार्थ सेवन करनेवालोंकी त्वचा रसोका व्यय हो जानेसे मोटी और कठोर हो जाती है, और स्थान, स्थानके जीवन-कणोंका हनन हो जानेसे, उसमें नारंगीके छिलकेके सदृश छोटे, छोटे गढ़े हो जाते हैं ।

शुष्कता केवल उन्हीं रसीले फलोंसे जा सकती है, जिनका रस शरीरके शुष्क हो जानेवाले रसोंकी पूर्ति कर सकता है, न कि घृतादि सरीखे चिकने पदार्थोंसे जो सर्वथा रससे शून्य हैं ।

हमारे चिकित्सकोंकी एक और मिथ्या धारणा यह है—‘घृत विष-नाशक है ।’ इसीसे वह धतूरे सरीखे विष सेवन करनेके उपरान्त रोगीको घृतही घृत पान कराते हैं । परन्तु वास्तवमे घृत विष-नाशक नहीं है । प्रत्युत उसकी अधिक मात्रा पान करानेसे पाचनमें न आनेके कारण वमन, विरेचन आरम्भ हो जाते हैं,

जिससे धतूरेके विषका जो अंश आमाशय और अन्त्रादिमें होता है निकल जाता है, और जो अन्य शरीरमें पहुंच जाता है घृतके दुर्तापवाहक गुणोंसे शरीरपर प्रभाव डालनेको समर्थ नहीं होता ( इसीसे जिमीकृन्दकी तीक्ष्णतासे हाथोंके प्रभावित न होनेके अर्थसे उसके छीलते समय घृत मर्दन करते हैं ) । तदुपरान्त धीरे, धीरे उसके ( धतूरे ) परमाणु अन्य मादक पदार्थोंके सदृश स्वतः ही उड़ जाते हैं । परन्तु चिकने पदार्थोंके प्रयोगसे हमारे जीवन-कोषोंके पोषणार्थ उनतक रासायनिक पदार्थोंके पहुंचनेमें वैसेही कठिनता होती है जैसे तैल लगे हुए वस्त्र द्वारा जल सुगमता पूर्वक नहीं छाना जा सकता ।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि घृत और चर्बीमें पोषक पदार्थ अधिक हैं । इसीसे धान्यकी अपेक्षा यदि वह पाचनमें आजावे तो, उनसे विष्टेकी मात्रा लगभग शून्यके बराबर है । परन्तु उनके पचानेमेंही सारी शक्तिया व्यय हो जाती हैं । अतः ऐसे पदार्थोंका सेवन बुद्धिमत्ता नहीं ।

अण्डा यद्यपि हमारा प्राकृतिक आहार नहीं । क्योंकि उसकी गन्ध और चिपकही से हमको घृणा प्रतीत होती है, और चिकनेपनसे दूधकी अपेक्षा कहीं अधिक कुपाच्य है । परन्तु उसमें पोषक पदार्थ लगभग दूधके समानही हैं । किन्तु उसकी विजातीयताके कारण प्रतिकूल प्रकृति और तीक्ष्णताके दोषभी दूधसे कहीं अधिक हैं । इसके अतिरिक्त उसका भक्षण करना पशुओंसे दूध छीन लेनेसेभी अधिक पाप कर्म है ।

## मांस

**मांस**का सेवन प्रथम तो हमारे दन्त और नखही नहीं बताते । क्योंकि हम किसी कुत्ते, बिल्ली या सिंहादिके सदृश अन्य जीवोंको अपने दन्त और नखोंसे चीर-फाड़कर मांस प्राप्त नहीं कर सकते, द्वितीय मांसाहारी जीवोंकी नाई, किसी जीवको देखकर हमारी लालसा उसको खानेकी नहीं होती । इसीसे हम एक बकरीका बच्चा और एक फल मनुष्यके तीन वर्षके बालकके सम्मुख रख दें और इसी प्रकार एक बकरीका मेमना और एक फल सिंहके शिशुके सामने रख दें, तो हमारा बालक तो बकरीके मेमनेके साथ क्रीड़ा करने लगेगा और फल खानेके अर्थसे उठालेगा, परन्तु इसके विपरीत सिंहका बच्चा फलकी ओर देखेगाभी नहीं और सीधा बकरीके बच्चेपर चोट करेगा । कारण यह कि हम फलाहारी होनेसे

दीन जीवोंके साथ करूणामय प्रकृति रक्खते हैं, और इसीका नाम मनुष्यत्व है । परन्तु सिंह मासाहारी प्रकृति रक्खता है । अपरञ्च यदि हम अपनी बुद्धिके विकाससे प्रेम और दयाका हनन करके बुरे स्वभावोंके कारण स्वार्थवश इन सब बातोंकीभी चिन्ता न करें तो मांसमे ऐसी अप्रिय गन्ध होती है, जो तीक्ष्णसे तीक्ष्ण मसालों द्वाराभी दमन नहीं की जा सकती, और जिससे उत्तेजित होकर तन्तुओंकी सहायतासे हमारी शक्तिया समयसे पूर्व व्यय होती है । इसके अतिरिक्त वह इतना कुपाच्य, गरिष्ठ, रस और जीवन हीन तथा वायुके ससर्गसे विषैला होता है, कि उसके भार तथा रसोंकी कमीको पुरा करनेके अर्थसे हमारे आमाशयिक जीवन-कोषोंके रसोंका बहुतायतसे स्राव होनेपरभी भले प्रकार पाचनमे नहीं आता, और अनेक रोगोंका कारण होता है । इसके उपरान्त हमको यह ज्ञान होनाभी बहुत कठिन है कि जिन जीवोंका मांस हम भक्षण करते हैं—वह किसी रोगसे तो पीड़ित नहीं हैं, जिससे उनके रोगोंकी हमारे शरीरमे आनेकी सम्भावना हो । अतः मांस किसी प्रकारभी हमारा आहार नहीं ।

निस्सन्देह यदि मांस रसीला, सुपाच्य, जीवनयुक्त और विषहीन एवं प्रिय गन्ध वाला होता तो शुष्क धान्योंकी अपेक्षा कहीं उत्तम होता । क्योंकि मांस का शुष्क धान्योंकी अपेक्षा विष्टा कम उत्पन्न होनेसे उसमे पोषक रासायनिक पदार्थोंका अधिक होना सिद्ध होता है ।

### मादक पदार्थ

**मा**दक पदार्थ तो केवल शोक निवारणार्थही मनुष्यने अपनी गर्वमय बुद्धिके प्रभावसे अपने सेवनार्थ चुनलिये हैं, अन्यथा इसके अतिरिक्त कि उनकी उत्तेजना द्वारा हमारे ज्ञान तन्तुओं तथा स्नायु और रक्तवाहिनी आदि नाडियोंसे उनकी शक्तिसे अधिक काम लिया जानेपर, शरीरकी शक्तियाँ और जीवनका अन्त करनेके साधन किये जायँ, अन्य कुछभी लाभ नहीं है । कारण यह, न उनमे प्रिय गन्धही है, न स्वादही है, और न उनसे उदर पूर्ति होकर शरीरका पोषणही होता है । यद्यपि मादक पदार्थोंकी कृत्रिम उत्तेजनासे, जबतक उनका विषैला प्रभाव प्रत्यक्ष रहता है, शरीरमे पहिलेकी अपेक्षा अधिक चैतन्यता प्रतीत होती है, तथापि उनका प्रभाव जानेके उपरान्त, उनकी उत्तेजनाओं द्वारा शक्तियाँ व्यय होजानेसे, शरीर सर्वथा अचैतन्य और शिथिल प्रतीत होता है; और दिनों

दिन शिथिलता और उनके विपोके विकारों द्वारा हमारी मृत्युका समय निकट आता रहता है ।

इस स्थानपर मनुष्यकी बुद्धिको धिक्कार देते हुए लिखना पड़ता है कि मनुष्य मादक पदार्थों द्वारा अपनेही शरीरपर अपकार नहीं करता, वरन् प्रायः वन्दरों और घोड़ों आदिकोभी मादक पदार्थोंका अभ्यस्त करानेकी चेष्टा करता है । इसके अतिरिक्त हमारी स्त्रिया अपने फूल सरीखे बालकोंका रुदन दमन करनेके हेतु उनको अफ़यून सरीखे मादक पदार्थोंपर डाल देती हैं, जिसका परिणाम यह होता है कि किसी न किसी समय वह अर्श (ववासीर), कोष्ठ-वृद्ध या अन्य अनेक रोगोंसे पीड़ित और निर्वल हो जाते हैं ।

### खनिज पदार्थ

**ख**निज पदार्थोंके सेवन करनेकी प्रथा डालकरभी मनुष्यने अपने शरीरका अपकारही किया है । उनके भारी और कठोरपनसे जो कुछ हमारे जीवन-कोषोंपर बीतती है उसका वही ज्ञान करसकते हैं । इसपरभी आनन्द यह है कि वनस्पति या जन्तु वर्गसे, जो भलेही अति तीक्ष्ण होनेसे विपैले या मादक पदार्थ हैं, हमारा शरीर कुछ न कुछ, चाहे विपैलेही हो, अपने पोषणार्थ उनके रसोंको लेही लेता है । परन्तु इनसे वहभी नहीं । क्योंकि जीवन केवल उन्हीं जीवनके रासायनिक पदार्थोंसे प्राप्त हो सकता है जो शरीरमें लय होसकते हैं, और यह जीवनसे सर्वथा वञ्चित हैं । किन्तु यदि वैज्ञानिकोंकी, मानव जातिका, नाश करने वाली बुद्धि रसायन विद्याके अनुचित उपयोगसे इनको हमारे शरीरमें लय करनेका प्रयत्नभी करे तो इनके भारीपनसे हमारे शरीरका उसी प्रकार नाश होता है जैसे लोहेका पहिया काष्ठके बुरेमें लगानेसे । क्योंकि कोई रसायन शास्त्रका पण्डित इनके प्राकृतिक बोझके परिमाणको हलका नहीं कर सकता ।

खनिज पदार्थोंका हमारे कोमल शरीरपर यही प्रभाव होता है कि इनके भारीपनकी उत्तेजनासे उसमें कृत्रिम चैतन्यता तथा प्रतिक्रिया प्रतीत होती है । परन्तु इस प्रकार शरीरकी शक्तिया और रसोंके व्यय होनेसे शरीरकी इन्द्रियोंको समयसे पूर्व शिथिल कर बैठना मतिमान मनुष्योंका काम नहीं । अतः खनिज पदार्थोंमेंसे कोईभी सेवनार्थ नहीं ।

## रन्धन

रन्धन क्रियाका आविष्कार करनेकी मनुष्यको तभीसे आवश्यकता हुई जबसे उसने अप्राकृतिक अर्थात् मानवीय प्रकृतिके विपरीत पदार्थोंको सेवन करना आरम्भ किया और उसकी बुद्धिके प्रभावने सभ्यताकी ओर प्रवाह किया । कारण यह कि रन्धनसे प्रत्येक वनस्पति या जन्तु वर्गके पदार्थोंके जीवनके रासायनिक परमाणुओंकी, त्वचा फट जाने और उनके जीवनके रासायनिक पदार्थों तथा तत्वोंका विसङ्गठन होनेपर अनेक अश वायु मण्डलमें लय हो जानेसे उन ( जीवनके रासायनिक पदार्थ और तत्व ) की मात्रामें अन्तर आजानेसे उन ( रासायनिक परमाणु ) की जीवन शक्तियोंमें न्यूनता हो जाती है, जिससे उनकी अप्रिय और तीक्ष्ण गन्ध एवं स्वाद न्यून या प्रायः लुप्त हो जाता है, किन्तु इस प्रकार रन्धन द्वारा उनके अनेक सूक्ष्म अश वायु मण्डलमें लय हो जानेसे काष्ठवत् तन्तुओं तथा खनिज पदार्थोंकी मात्राका परिमाण अधिक हो जाता है । अतएव रन्धित पदार्थ रस, स्वाद एवं गन्ध आदिके परमाणुओंकी क्षतिसे पहिलेकी अपेक्षा बोझमें हलके प्रतीत होते हैं, परन्तु खनिज पदार्थोंकी मात्राका परिमाण अधिक हो जानेसे गरिष्ठ हो जाते हैं । इसीसे उर्द, मूग आदिकी ह्रीकमय गन्धमें न्यूनता और जिमीकन्द ( सोरन ), अर्वी ( घुईया ) की तीक्ष्णतामें ऐसी कमी हो जाती है कि उसका ज्ञान करना बहुधा दुर्लभ हो जाता है, परन्तु इसपर भी वह दूषित पदार्थ अपने दोषोंसे सर्वथा वञ्चित न होनेके कारण बिना अपकार किये नहीं रह सकते । क्योंकि यदि रन्धन द्वारा पदार्थोंके दोष निर्वीर्य हो जाया करते तो रेचक पदार्थोंको भूनेने या उबालनेसे उनमें कुछभी तीक्ष्णताका प्रभाव न रहता, इसके अतिरिक्त यदि रन्धन क्रिया द्वारा पदार्थोंकी वास्तविक प्रकृतिमें परिवर्तन हो जानेसे उनके गुण लुप्त हो जाया करते तो प्रत्येक पदार्थ रन्धनके उपरान्त समान गुणका हो जाया करता । परन्तु ऐसा नहीं है, वरन् प्रत्येक पदार्थ ( औषधि ) का काढ़ा और फोक रन्धनसे पीछेभी अपना गुण भिन्नही रक्खता है । अतः सिद्ध होता है कि रन्धन क्रियाको काममें लानेपर भी पदार्थोंके प्राकृतिक दोष कुछ न्यून होनेके अतिरिक्त सर्वथा नहीं मिट सकते; प्रत्युत रन्धन द्वारा वह जीवन हीन और गरिष्ठ हो जाते हैं । इसीसे विष्टा अग्नि द्वारा रन्धन करनेसे पवित्र नहीं हो सकता; वरन् और भी दूषित हो जाता है ।



इसमें कोई सन्देह नहीं कि रन्धन द्वारा प्रत्येक पदार्थकी प्राकृतिक गन्ध एवं स्वाद आदि कुछ न कुछ कम हो जाते हैं । परन्तु इसपरभी हम यह कहनेको प्रस्तुत हैं, कि रन्धनसे कभी, कभी उसका स्वाद और गन्ध पहिलेकी अपेक्षा अधिक दोषयुक्त हो जाता है । कारण यह कि प्रत्येक पदार्थका जितना अग्निसे संसर्ग कराया जाता है, उतनाही अग्नि द्वारा उत्पादित कार्बन (विषैला गैस) का मिश्रण होकर उसके कटु स्वादसे पदार्थोंके स्वादमें एक विचित्र अन्तर होनेके कारण, उसकी कटुता उनके वास्तविक स्वादका अनुभव करनेमें हमारी ज्ञानेन्द्रियोंको उसी प्रकार धोखा देती है, जिस प्रकार कड़वे, मीठे, चर्बरे और नमकीन मसाले दूसरे दूषित पदार्थोंके दोषोंका दमन करके हमको उसका ज्ञान करनेमें असमर्थ कर देते हैं । परन्तु यह धोखाभी उसीकी ज्ञानेन्द्रियोंको होता है, जिसने उन्हें बलात् रन्धित कृत्रिम पदार्थोंका अभ्यस्त कराया है । इसीसे भुने हुए नाज चवाने वालोंको उसी प्रकार उनकी भ्रष्ट देनेवाली गन्धसे अप्रियता प्रतीत नहीं होती, जिस प्रकार सिग्रेट पीनेवालोंको उसके विषैले धुएँकी कटुतासे घृणा नहीं होती ।

अपरन्तु संसारमें यहभी मिथ्या धारणाही है—रन्धित किये हुए पदार्थोंको सुपाच्य कहा जाता है । रन्धन द्वारा प्रत्येक पदार्थ अग्निके झुलसानेवाले प्रभावसे रसों और अनेक पदार्थोंके जलनेपर उनका वायुमण्डलमें लय हो जानेके लिए रूपान्तर हो जानेके कारण उनसे रसोंके च्युत होने और खनिज पदार्थोंके परिमाणकी मात्रामें पहिलेकी अपेक्षा वृद्धि हो जानेपर उनके ( रन्धित पदार्थ ) स्थूल हो जानेसे पहिलेसे अधिक स्थायी ( कुपाच्य ) हो जाते हैं । क्योंकि जितने खनिज और स्थूल पदार्थ हैं वह पाचनमें नहीं आया करते । पाचनमें केवल वही पदार्थ आया करते हैं जिनका आमाशय द्वारा रक्तमें रूपान्तर हो सकता है । परन्तु वह पदार्थ जिनका हमारे रसोंमें परिवर्तन नहीं हो सकता कदापि पाचन योग्य नहीं हैं । इसीसे अग्निके संसर्ग द्वारा प्रत्येक पदार्थ जितना जलकर भस्म रूप हो जाता है उतनी ही उससे परिवर्तन शक्ति विदा हो लेती है, और उस भस्मको सेवन करके हम उसी प्रकार उसको पाचनमें लाकर उससे रक्त या जीवनके रासायनिक पदार्थ प्राप्त नहीं कर सकते जिस प्रकार पथ्यर रानेसे हमारे शरीरको कुछ लब्ध नहीं होता । अतः अग्नि द्वारा रन्धन करनेसे जिस पदार्थमें उसके रूपान्तर होनेकी शक्ति जिस परिमाणसे न्यून हो जाय उतनाही उसे

गरिष्ठ समझना चाहिये । इसके अतिरिक्त रन्धनसे प्रत्येक पदार्थ यदि कार्वनका मिश्रण हो जाय तो विपैला हो जाता है, और रसोंके शुष्क होनेपर उसके स्थूल होनेसे भारी तथा काष्ठवत् कठोर हो जानेके कारण उसके घर्षण द्वारा खुचे जाने और उसके शुष्क हुए हुए रसोंकी पूर्ति करनेके निमित्त हमारे जीवन-क्रणोंके रसोंका अत्यधिक ह्रास और उनके जीवनका नाश होकर विकृत जीवोंमें रूपान्तर होनेपर व्याधियोंकी उत्पत्तिका हेतु होता है । इसीसे भुने हुए पदार्थों द्वारा, उन मनुष्योंके भी, जो उनके अभ्यस्त हो चुके हैं, और जिनके आमाशय एव अन्त्रादि जीवन-कोषोंकी निर्जोवितासे कठोर हो गयी है, ( आमाशय और अन्त्रादि में ) घाव हो जाते हैं । इसके उपरान्त, जो पदार्थ जितने कम सुपाच्य और जितने अधिक कठोर हो जाते हैं उनसे शरीरका उतनाही कम पोषण होता है । कारण यह कि सुपाच्य पदार्थ जितने शीघ्र पाचनमें आते हैं उनका उतनेही अल्प समयमें रक्तमें रूपान्तर होकर शरीरके पोषणार्थ उसी प्रकार वात रसोंकी पूर्ति होती रहती है जिस प्रकार जितनी अधिक रसवाली ईख होती है उसको पेलनेसे उतनेही शीघ्र रसका पात्र भर जाता है, और जैसे उस भरे हुए पात्रके स्थानमें तुरन्तही अन्य पात्र रख देते हैं, वैसेही तत्क्षण भूखका ज्ञान होने लगता है और फिर वहीं क्रम निरन्तर रहता है । किन्तु जितने अधिक कुपाच्य पदार्थ होते हैं, उनसे उतनेही अधिक समयमें रक्त बननेके कारण हमारे शरीरके रसोंकी पूर्ति उसी प्रकार विलम्बसे होती है जिस प्रकार जितनी रस हीन ईख होती है उसको पेलनेसे उतनेही अधिक कालमें रसका पात्र भरता है, और जैसे उसके स्थानमें दूसरा पात्र रखनेके निमित्त अधिक रसवाली ईखकी अपेक्षा विलम्ब होता है, वैसेही गरिष्ठ पदार्थोंके सेवनसे सुपाच्य पदार्थोंकी अपेक्षा अधिक समयमें भूखका ज्ञान होता है । अतः गरिष्ठ पदार्थोंके सेवनसे हमारे शरीरके पोषणको बड़ी क्षति पहुंचती है । निदान् जिस रन्धन क्रिया द्वारा हमारे भोज्य पदार्थ जीवनसे च्युत और गरिष्ठ हो जाते हैं काममें लाना भूल है ।

रन्धन द्वारा केवल उन्हीं पदार्थोंमें शीघ्र परिवर्तन हो सकते हैं, जो या तो स्वयं रसीले हैं, या जिनका रन्धन जलकी सहायतासे किया गया है । कारण यह कि रन्धनके उपरान्त अग्निके तीक्ष्ण प्रभावसे पदार्थोंके परमाणुओंकी त्वचा फटनेपर उनमें जलकी उपस्थिति और वायुके संसर्ग द्वारा उनका रूपान्तर होकर

सड़ना और वायु मण्डलमें लय होना आरम्भ हो जाता है । इसीसे रन्धित पदार्थ यदि उनमें अधिक रस हो तो शीघ्र सड़ते हैं । किन्तु यदि रन्धित और विना रन्धन किये हुए पदार्थोंको इस प्रकार शुष्क कर लिया जाय कि वह सड़ने न पायं, तो उनमेंसे रन्धित पदार्थ स्थूल हो जानेके कारण जीवन-शक्तिकी न्यूनतासे विना रन्धन किये हुए पदार्थोंकी अपेक्षा अधिक स्थायी होते हैं, और उनमें घुन या गिडार आदि कीटभी बहुत कठिनता और विलम्बसे जन्म लेते हैं, जिसका एक मात्र कारण जीवनका कम हो जाना है । इसके अतिरिक्त धान्यादिके रन्धित वीर्यसे, जीवनके रासायनिक पदार्थोंका हनन होकर रूपान्तर होनेके कारण, कभीभी अङ्कुर नहीं फूटते ।

जो कम रस वाले आलू या शकर-कन्दके सदृश पदार्थ विना जलकी सहायताके भूने जाते हैं वह तोरी या कटू ( घिया ) सरीखे उन रसयुक्त पदार्थोंकी अपेक्षा, जो विना जलके उन्हींके अनुसार भूने गये हो, रसोंकी न्यूनताके कारण, अधिक स्थायी होते हैं । इसीसे भुने चने, या घृत द्वारा रन्धित पकवान महीनोंतक घुनना और सड़ना नहीं जानते । किन्तु आलू सरीखे पदार्थ रसोंकी न्यूनता होनेपरभी जलसे रहित शुष्क चनोंकी अपेक्षा विना जलकी सहायताके भूनेपरभी शीघ्र सड़ जाते हैं । निदान् शुष्क या कम रस वाले पदार्थ विना जल द्वारा रन्धित, जल द्वारा रन्धित पदार्थोंकी अपेक्षा कहीं अधिक गरिष्ठ होते हैं । अतएव उनका सेवन करना सर्वथा वर्जित है ।

हमारे रसायन शास्त्रके पण्डितोंकाभी कथन है—पदार्थोंको अधिक अग्नि द्वारा ताप पहुंचनेसे उनसे साल्युविल नम्बर वी० निकल जाता है, जिससे शरीरके पोषण करनेवाले पदार्थोंकी क्षति हो जाती है । इसीसे डिब्बोंमें आये हुए विदेशी दूध ( Condensed milk ) सेवन करनेसे बालकोंकी अस्थियां निर्वलताके कारण टेढ़ी हो जाती हैं; क्योंकि उस दूधको बनानेमें अम्लिका बहुत प्रभाव पड़नेसे उसके जीवनके रासायनिक पदार्थोंका रूपान्तर होनेपर, वह वायु मण्डलमें लय हो जाते हैं ।

सारांश यह है—भोज्य पदार्थोंपर जितना अम्लिका प्रभाव पड़ता है, उतनेही वह जीवन-शक्तियोंसे रहित, स्थायी और गरिष्ठ हो जाते हैं; और कार्बन मिश्रण होनेपर विषैले और कटु हो जाते हैं । इसीसे वाष्प ( भापका चूल्हा अर्थात् कुकर ) द्वारा रन्धित पदार्थ अग्निसे उबले या सिके और भूने हुए पदार्थोंकी अपेक्षा सुपाच्य होते हैं । परन्तु इसपरभी वह विना रन्धित पदार्थोंकी अपेक्षा जीवन हीन होते हैं ।

## आमाशय किन पदार्थोंसे शीघ्र एवं अधिक पोषण करता है ?



**जो** पदार्थ हम सेवन करते हैं, उनका रसोंमें परिवर्तनकर यकृत आदिकी सहायतासे रक्त तथा आवश्यक पदार्थोंमें रूपान्तर करके शरीरमें लय करनेपर वीत शक्तियोंको पूरा करनाही आमाशय और अन्त्रादिका धर्म है । अर्थात् आमाशय और अन्त्रादिका कर्तव्य हमारे प्रत्येक भोज्य पदार्थको रसरूप करके शरीरमें भेजनेका है । क्योंकि जबतक किसी पदार्थका रसोमें परिवर्तन न हो और वह रस आमाशय और अन्त्रादिकी भित्तोंके अदृश्य छिद्रों द्वारा रिसकर ( छनकर ) यकृत और नाड़ियों से चूसा जाकर रक्तादिके रूपमें शरीरमें न लय हो तब तक हमारा पोषण नहीं कर सकता । इसीसे वह पदार्थ जिनका आमाशय और अन्त्रादि रसोंमें परिवर्तन न कर सके तो, शरीरमें उसके पोषणार्थ लय नहीं होते । जैसे—विना क्षार, अमल ( तेजाब ) या तीक्ष्ण पदार्थों द्वारा द्रव रूपमें परिवर्तित किये हुए यदि हम एक चादीका टुकड़ा निगललें, तो उसमें जीवनके रासायनिक पदार्थोंकी शून्यतासे जीवनके रासायनिक पदार्थोंके सदृश उसमें हमारे रसोंमें घुलने वाली शक्ति न होनेके कारण वह शकर या गैहूँके आटेके समान, जो कि सर्वथा या अशत घुलनेवाले पदार्थ हैं, हमारे आमाशयके पाचन-रसोंको सोककर उन्हें खींचने और अपनेमें सम्मिलित करनेकी प्रकृति न होनेके हेतु, पाचनमें नहीं आता ।

पाचनमें केवल वही पदार्थ आ सकते हैं जो शकरके सदृश हमारे रसोंमें घुलकर द्रव रूप हो उन्हींके समान हो जाते हैं, और जो आमाशयमें घुल नहीं सकते या मिट्टीकी नाई घुलना जानते हैं ( अर्थात् जो जलमें डालनेसे हिलानेपर घुल जाते हैं और रख देनेपर फिर नीचे बैठकर पृथक् हो जाते हैं ), पाचनमें नहीं आसकते । फलतः जितने अधिक घुलनेवाले पदार्थ होंगे उनके पाचनमें आनेसे उतनाही अधिक रक्त और रस बनेगा और उसी परिमाणसे उतनाही कम विष्टा उत्पन्न होगा, जबकि जितने कम घुलनेवाले पदार्थ होंगे उनसे उतनीही कम रक्त और रसोंकी उत्पत्ति होगी, और उसी परिमाणसे उतनाही अधिक विष्टा बनेगा । इसीसे मिट्टी या पत्थर आदि सेवन करनेसे रसों या रक्तके बननेकी अपेक्षा सब मिट्टी या पत्थर शरीरसे प्रायः ज्योंके त्यों निकल जाते हैं; क्योंकि उक्त पदार्थ जीवनके रासायनिक पदार्थों

और घुलनेवाले गुणोंसे अधिकांश शून्य हैं, और अनार खानेसे रक्त और रसोंके उत्पन्न होनेकी मात्राका परिमाण विष्टेकी अपेक्षा अधिक होता है। निदान् आमाशयका आहार केवल उन्हीं जीवनमय रासायनिक पदार्थोंका होना चाहिये जिनका हमारे रसोंके साथ घुलकर सुगमतासे हमारे रसोंमें परिवर्तन हो सकता है। प्रत्युत अच्छा तो यह है कि उसको रसीले पदार्थोंका आहारही देना चाहिये। क्योंकि जितने रसीले पदार्थ होते हैं, उनके पाचनार्थ आमाशयको उतनाही कम परिश्रम करना पड़ता है, और जितने शुष्क तथा रसहीन एवं काष्ठवत् तन्तुओंसे सङ्गठित पदार्थ होते हैं, उनके पाचनार्थ, उनको तरल रूप देनेके लिए, आमाशयादिको अपने जीवन-कोषोंसे उतनाही रसोका स्राव करनेका कष्ट भोगनेको बाध्य होना पड़ता है; और इसपरभी उनके स्थूल (खनिज पदार्थ) तथा तन्तुओं (रेशों) द्वारा सङ्गठित पदार्थोंके कारण रसोंकी अपेक्षा विष्टेकी अधिक उत्पत्ति होती है। कारण यह कि रसहीन पदार्थोंको घोलकर रसयुक्त अर्थात् द्रवरूप देनेके निमित्त, जैसे शकरको रसीला करनेके लिए जल मिश्रणकी आवश्यकता होती है, वैसेही आमाशय और मुखको उसी समयसे, जब कि हम शुष्क पदार्थोंका ग्रास मुहमे देते हैं, अपने जीवन-कोषोंसे रसोंका स्राव इस लिए करना पड़ता है, कि आमाशयमें शुष्क पदार्थ पहुंचकर अपनेको रसीला करनेके हेतु, बलात् इस प्रकार उसके तरल जीवन-कोषोंकी लार द्वारा उससे रसोंको छीन कर अपनेमे सम्मिलित कर लेते हैं, जिस प्रकार जलके भरे हुए पात्रमें शकरकी डली डालनेसे वह जलको सोककर अपनेमे मिला लेती है। फलतः जितने अधिक रसहीन पदार्थ होते हैं वह घुलकर रसोंमें परिवर्तित किये जानेके लिए उतनाही अधिक आमाशय एवं मुखादिके कोमल तरल जीवन-कोषों द्वारा स्रावित द्रव पदार्थोंको सोकनेकी चेष्टा करते हैं, अर्थात् स्राव किये हुए तरल पदार्थ जो आमाशयकी शक्तिया हैं उनको व्यय करते और आमाशयके दुःख और प्ररिश्रमका कारण होते हैं; और जितने रसीले एवं स्थूलता और तन्तुओंसे हीन पदार्थ होते हैं, स्वतः ही रसयुक्त होनेसे, उनका शारीरिक रसोंमें रूपान्तर करनेके निमित्त, उतनेही परिमाणसे कम कष्ट होनेके कारण, उतनाही कम आमाशयसे उसके तरल, पदार्थोंका स्राव होता है, अर्थात् उन (रसीले पदार्थ) को आमाशयसे केवल उतनीही मात्रामे आवश्यक पाचन द्रव पदार्थोंकी आवश्यकता होती है, जितनी उनके पाचनार्थ आवश्यक है; और उनके लिए उन अनावश्यक तरल

पदार्थोंके लावकी आवश्यकता नहीं होती, जितनी शुष्क पदार्थोंको जलकी हीनताके कारण जो अपने द्रवोंकी कमीको तरल और कोमल जीवन-कणोंके रसों द्वारा पूरा करनेके हेतु आमाशयकी शक्तियोंका व्यय करके होती है । निदान् रसीले पदार्थोंके संवनसे शुष्क पदार्थोंकी अपेक्षा आमाशयकी शक्तियोंका बहुतही कम व्यय होता है और इसीसे उन ( रसीले पदार्थ ) के पाचनार्थ उसे परिश्रमभी बहुतही कम करना पड़ता है । इसके अतिरिक्त रसीले पदार्थ इस लिए शीघ्र पाचनमें आते हैं कि वह आमाशयमें प्रवेश किये जानेसे पूर्वही रसरूप होते हैं, और शुष्क पदार्थोंका आमाशयके भीतर पहुँचकर आमाशयिक और मौखिक रसोंकी सहायतासे रसोंमें रूपान्तर होना आरम्भ होता है, जिसके लिए रसीले पदार्थोंकी अपेक्षा अवश्य कुछ न कुछ अधिक समय लगता है । अतएव रसयुक्त पदार्थोंकी अपेक्षा रसहीन पदार्थोंसे रक्तादि बननेमें विलम्ब होता है और भूखभी बहुत विलम्बसे प्रतीत होती है । निदान् शुष्क या रस हीन पदार्थोंकी अपेक्षा रसीले पदार्थ शीघ्र पाचनमें आजानेसे शीघ्र रक्त बननेके कारण, उसी प्रकार जैसे अधिक रसीली ईखसे कम रसवाली ईखकी अपेक्षा एक दिनमें बहुत रस निकलता, अधिक रक्तकी उत्पत्ति और हमारा पोषण होता है । अपरञ्च जितने रसीले पदार्थ ( अगूर, अनार आदि ) होते हैं उनमें स्थूल पदार्थों और तन्तुओं ( रेशों ) का अंश उसी परिमाणसे कम होता है और जितने रस हीन या शुष्क पदार्थ ( केला, अमरुद या शुष्क गेहूँ, चना, मक्का, आदि ) होते हैं उनमें स्थूल पदार्थों और तन्तुओंकी मात्राका परिमाण उतनाही अधिक होता है । इसीसे रसीले पदार्थोंका रक्त अधिक बनता है और रस हीन पदार्थोंसे विष्टेकी अधिक उत्पत्ति होती है, क्योंकि रसों द्वारा उनका हमारे रसोंमें रूपान्तर होनेपर रक्तादि बनते हैं, और स्थूल पदार्थों तथा तन्तुओंका हमारे आमाशय द्वारा हमारे रसोंमें रूपान्तर न होनेसे केवल विष्टाही उत्पन्न होता है । अतः हमारे शरीरका रसों द्वारा अधिक पोषण करनेवाले केवल जीवनके रासायनिक पदार्थोंसे सङ्गठित रसीले फलही हैं, और विष्टेकी अधिक मात्रा उत्पन्न करनेवाले स्थूल एवं तन्तुमय पदार्थही हैं ।

हमारे रसायन शास्त्रकारोंने अपनी अलौकिक बुद्धि और निरन्तर परिश्रमसे यद्यपि उन पदार्थोंकोभी रस रूप देनेके निमित्त तीक्ष्ण पदार्थोंका ज्ञान प्राप्त कर लिया है, जो साधारण जल या हमारी आमाशयिक रासायनिक क्रियाओं द्वारा हमारे रसोंके साथ घुलने वाले नहीं हैं, तथापि ऐसे न घुलने वाले पदार्थोंसे तीक्ष्ण

रासायनिक क्रियाओं द्वारा द्रव रूप दिये जानेपर भी उनके स्थूल और अप्राकृतिक होनेसे, हितकी आशा करना अद्योपान्त मूर्खता है। क्योंकि जिन तीक्ष्ण रासायनिक पदार्थोंसे चांदी, सोना या पत्थर आदि द्रवरूप बनाये जा सकते हैं, उनसे हमारे फूल सरीखे आमाशय और शरीरपर जो अपकार हो सकता है, उसको मतिमान् स्वयं विचार सकते हैं। इसके अतिरिक्त द्रव रूप देनेपर भी चांदी, सोने आदिका भारीपन कम नहीं होता, जिससे अपने असह्य भारी बोझके कारण हमारे ज्ञान तन्तुओं और नाड़ियोंके बलात् उत्तेजित होनेपर अनावश्यक प्रतिक्रियाके हेतु, वह हमारी शक्तियां व्यय करके समयसे पूर्व हमको शिथिल और हमारे जीवन-भण्डारका अन्त करना चाहते हैं। इसीसे उनके सेवन करनेका परिणाम ठीक वैसाही है, जैसे मदिरा पान करनेसे उसके मदमे आवश्यकतासे अधिक उत्तेजना प्रतीत होती है, परन्तु मदका प्रभाव जानेके उपरान्त शरीर सर्वथा शिथिल प्रतीत होता है। इससे आगे उक्त पदार्थोंको चाहे कितनाही सूक्ष्म द्रवरूप दे दिया जाय परन्तु हमारे जीवन-कणोंको बिना दुःख दिये नहीं रहते, और वैसेही हमारे शरीरको हानि पहुंचाते हैं जैसे काष्ठके धुरेको लोहेका पहिया शीघ्र अपने बोझसे काट देता है। इसीसे धातुओंकी अधिक मात्रा सेवन कर जानेपर वह भयङ्कर रूपसे शरीरमें फूट निकलती हैं। निदान् जहां हम इन रसायन शास्त्र वेताओंके अद्भुत उद्योग और माथा पच्चीकी प्रशंसा करते हैं—अप्राकृतिक पदार्थोंको धोंगा-धोंगी वृथा प्राकृतिक बनानेकी चेष्टाकरके—मनुष्यके शरीरपर अपकार करनेका कलङ्कभी इन्हींके माथे लगाना पड़ता है।

हमको, यदि कुछभी बुद्धि है, यद्यपि पशु बुद्धिसे भी गयी बीती है, तो, प्रकृति मातासे पाठ लेकर उन रसायन शास्त्रकारोंकी आकाश-पातालकी मिलाने वाली बातोंमें न आना चाहिये, जो अंशतः या सर्वथा उन कठोर पदार्थोंको, जिनको साधारण जल या आमाशयिक रासायनिक क्रिया द्वारा हमारा शरीर नहीं घोल सकता है, अपना कुशलतासे रासायनिक पदार्थों द्वारा द्रव रूप देकर हमारे शरीरमें लय करके उसे लोह समान पुष्ट करनेके प्रलोभन देते और वृथा लाभकी डोंग मारते हैं। ऐसे खनिज या स्थूल पदार्थोंसे शरीर और आमाशयको हानिकी अपेक्षा लाभकी कोई आशा न रखनी चाहिये। निदान् यदि हम आमाशय और अन्त्रा-

दिकी सहायतासे अपने शरीरका पोषण करना चाहते हैं, तो केवल उन्हीं पदार्थोंको सेवन करना चाहिये, जिनका बिना किसी कृत्रिम रासायनिक क्रियाके केवल आमाशयिक रसायनसे घुलकर रक्त और शरीरके रसोंमें रूपान्तर हो सकता है। प्रत्युत उचित तो यह है—हमारे भोजनमें ऐसे रस युक्त पदार्थ हो जो रसीले होनेसे आमाशयको अपने ( पदार्थ ) घोले जाने और रसोंमें रूपान्तर किये जानेका कष्ट न देकर उसकी शक्तियोंका वृद्धा व्यय न करें। क्योंकि लाभकी आशा केवल उन्हीं पदार्थोंसे हो सकती है, जिनसे हमारे आमाशय और जीवन-कणोंको सुख प्राप्त हो। अतः हमारा धर्म है—आमाशय और अन्त्रादि, जिनपर हमारा जीवन निर्भर है, को रसायनके अपूर्व पण्डितोंके विज्ञान विपरीत प्रलोभनेमें आकार, कष्ट देनेवाले पदार्थोंकी आखेट न करके उनकी रक्षार्थ उनसे पृथक् रहें, अन्यथा स्मरण रहे एक दिन पश्चात्तापके अतिरिक्त कुछ हाथ न लगेगा।

हमारे चिकित्सक प्रायः वातुओं आदिकी भस्मकी सहायतासे अधिकाधिक घृत, चर्वी या मासादिका पाचन कराते हैं, जिससे हम अत्यल्प समयमें हृष्ट, पुष्ट दीखने लगते हैं। क्योंकि स्निग्ध पदार्थोंके वोज्जका परिमाण, हमारे शरीरकी अपेक्षा अधिक होनेसे उनकेही तीक्ष्ण गुणों द्वारा हमारे अमाशयिक तरल जीवन-कणोंके रसीले पदार्थोंका इतनी अधिकतासे खाव होता है कि आमाशय और अन्त्रादिमें बहुतही शीघ्र शुष्कता आजानेसे उनमें चिकने या रसीले पदार्थोंकी अधिक मात्रा पहुचनेपरभी वह तुरन्त उनको ऐसेही सोक लेती है जैसे शुष्क काष्ठ या चाम तैलको पी लेते हैं, या शरीरमें रक्त संचारकी गतिमें वृद्धि हो जानेसे ताप बढ जानेके कारण वह शरीरमें पहुंचतेही भस्म होने लगते हैं। किन्तु जीवन-कणोंसे इसपर रसोंका अधिक खाव होनेपर आमाशयकी भीत ऐसेही निर्जीव हो जाती है जैसे हाथसे कठोर कार्य करनेसे छालों द्वारा जीवनके रसोंका खाव होकर हमारे हस्त तलकी त्वचा जीवन हीन हो जाती है, और फिर आमाशयसे रसोंका खाव करनेके निमित्त धातुओंका प्रयोगभी वैसेही असफल होता है जैसे हाथकी गाँड़ियोंकी निर्जीव त्वचामें सुई चुभानेसे रक्त प्रवाहित नहीं होता। अतः ऐसी दशामें आमाशयसे भोजनोंके पाचनार्थ रसोंका खाव करनेके निमित्त वैसेही अधिक तीक्ष्ण पदार्थोंके प्रयोग करनेको बाध्य होना पडता है, जैसे निर्जीव त्वचाकी हस्त तलसे रक्त निकालनेको सुईकी अपेक्षा तीव्र शस्त्रकी आवश्यकता होती है। अतएव आमाशयमें



उसके रसोंके अधिक खावोंसे वायुके संसर्ग द्वारा विपैले अमल उत्पन्न हो जाते हैं, जिनकी सहायतासे चिकने पदार्थों द्वारा शरीर उसी खर्वूजेके सदृश फूलने लगता है, जो प्रकृतिके विपरीत तीक्ष्ण खाद्योकी कृत्रिम सहायतासे बोया जानेके कारण परिमाणसे अधिक बड़ा होनेपर जीवनके रासायनिक पदार्थोंकी न्यूनतासे स्वादमे भीठेसे वञ्चित होता है। सारांश यह है कि धातुओ सरीखे तीक्ष्ण पदार्थों द्वारा शरीरमे चिकने पदार्थ पहुंचानेसे हमारे शरीरके फूलनेपरभी वह जीवनके रासायनिक पदार्थोंसे हीन रहनेके हेतु वास्तविक जीवनसे रहित रहता है। इसीसे कुछ काल तक ही हम उनके प्रयोगसे भारी शरीरवाले बनते दीखते हैं, परन्तु अन्ततः हमको सारी जीवन-शक्तियोंके व्यय और अमाशयके कर्तव्य हीन होनेपर सदाको जीवनसे दुःखी होना पड़ता है, क्योंकि फिर हमारे विद्वान् चिकित्सक हमारे शरीरको कर्तव्य-हीन अमाशयके स्थानमे स्वस्थ अमाशय नहीं दे सकते। इसके अतिरिक्त लगभग सभी धातुएं अपने बोझके परिमाणके अनुसार इतनी तीक्ष्ण प्रत्युत्पन्निरूप सिद्ध होती हैं कि उनके प्रयोगके उपरान्त चर्बी या घृत सरीखे दुर्तापवाहक पदार्थ सेवन करनेपरभी बहुधा उनका प्रभाव नहीं रूकता, और वह बड़ी तीव्र गतिसे हमारे जीवन-कणोंको नष्ट-भ्रष्ट करके उनको दग्ध और प्रदाहित करनेसे शरीरका विच्छेद करके फूट निकलती हैं। अतः उनके प्रलोभनमे न आकर आमाशयको केवल उन्ही रसीले और अनुत्तेजक फलोंका आहार देना चाहिये, जो हमारे निमित्त प्राकृतिक हैं, और जिनमे विष्टादि उत्पन्न करनेवाले स्थूल और काष्ठवत् तन्तुओंके पदार्थोंकी न्यूनता है, एवं जिनमे रसोंकी अधिकता होनेसे, बिना हमारे शरीरकी अनुचित शक्तियोंका व्यय हुए शीघ्र और अधिक रक्तादिकी उत्पत्ति होकर हमारे शरीरका पोषण होता है।

## मनुष्यका भोजन क्या है ?

इससे पूर्व हम रोगोंकी उत्पत्तिके हेतुओं तथा प्रत्येक जातिके पदार्थोंकी अपनी प्रकृतिसे अनुकूलता और प्रतिकूलताका ज्ञान करनेके निमित्त, ज्ञानेन्द्रियोंकी व्याख्या करते हुए उनके और प्रकृतिके गूढ़ सम्बन्धका विस्तृत कथनसे भी अधिक कर चुके हैं। प्रत्युत एक, एक बातको कई, कई स्थानपर लिखा है।

इसके अतिरिक्त आमाशयके विषयमें भी आवश्यकतासे अधिक लिख चुके हैं । अतः यह समझना—**मनुष्यका भोजन क्या है ?**—कुछ कठिन समस्या नहीं ।

भोजनही शरीरको तभी आवश्यकता होती है, जबकि हमारे शरीरकी इच्छित और अनिच्छित क्रियाओं द्वारा उसके उन जीवनके रासायनिक पदार्थोंका व्यय होनेपर, जिनके द्वारा उसके जीवनका अस्तित्व होता है, क्षीण हो जाते हैं । अतः सदा वह भोजन होना चाहिये, जो हमारे शरीरको सुख तथा शान्ति प्रदान करने और चैतन्यता लानेवाला एवं जीत जीवनके रासायनिक पदार्थोंकी पूर्ति करने वाला हो, और जो अनिवार्य उत्तेजनाके अतिरिक्त अनावश्यक उत्तेजना द्वारा रसोंका व्यय या अपने पाचनार्थ आमाशयके अनावश्यक तरल पदार्थोंका स्राव न करे । वह फल जो शुष्क या कम रस वाले हैं, या मुर्झा और कुम्हलाकर अचैतन्य हो गये हैं स्थूल और तन्तुओंके पदार्थोंकी मात्राका परिमाण अधिक हो जानेसे कदापि हमारे शरीरपर बिना अपकार किये नहीं रह सकते । क्योंकि यह प्रत्यक्ष है—स्थूल और तन्तुमय पदार्थोंसे रसोंकी अपेक्षा विष्टा अधिक उत्पन्न होता है, और जितने रसहीन, शुष्क, कठोर या कुम्हलाये हुए फल होते हैं, उतनेही वह जीवन शक्ति या जीवनके रासायनिक पदार्थोंसे वञ्चित होते हैं । इसीसे सदा जितने रससे परिपूर्ण और चैतन्य फल होते हैं उतनीही अधिक उनमें जीवन शक्ति या वह जीवनके रासायनिक पदार्थ होते हैं, जिनके पदार्थोंका अधिकांश हमारे रसोंमें रूपान्तर हो हमारे शरीरके पोषणार्थ उसमें लय हो जाता है । इसके अतिरिक्त रसहीन, अचैतन्य और कठोर पदार्थोंकी स्थूलता और तन्तुओंकी अधिकताके कारण उनकी घर्षणताके तीक्ष्ण प्रभावसे, मौखिक तथा आमाशयिक जीवन-कोषोंसे अनुचित और सामर्थ्यसे अधिक हमारे रसोंके स्राव करनेका परिश्रम लिया जानेके कारण नाड़ियों और तन्तुओंमें अनावश्यक उत्तेजना होनेसे सर्व शरीरकी, उसके प्रदाहित होनेपर शक्तिया व्यय होती हैं, और हमारे सर्व शरीरमें विशेषतः मुख, कण्ठ, और अन्त्रादिमें दृश्य या अदृश्य घाव हो जाते हैं । इसीसे हमारे जीवन-कणों द्वारा रसोंका अनुचित स्राव होता है । यह बात भले प्रकार स्मरण रखनी चाहिये—यदि किसी पदार्थके प्रयोगसे दुःखी होकर नेत्रों द्वारा जल प्रवाहित होता है तो अवश्य नेत्रोंमें दृश्य या अदृश्य घाव हो जाते हैं, और यदि किसी तीक्ष्ण पदार्थके मसूड़ोंपर लगानेसे लारका स्राव होता है तो निस्सन्देह मसूड़ोंमें दृश्य या अदृश्य घाव हो जाते हैं । अपरञ्च उपरोक्त पदार्थोंसे आमाशय द्वारा जो रस

हमारा शरीर ग्रहण करता है, वह उन पदार्थोंकी स्थूलताके कारण, रसयुक्त चैतन्य और कोमल तन्तुओंवाले फलोंकी अपेक्षा अधिक स्थूल या भारी होनेसे, शरीरके जिस, जिस अङ्गमें प्रवाह करता है उसीके जीवन-कणोंको अपने घर्षण द्वारा दुःखका हेतु होता है। निदान यदि हम अपनी प्रत्येक समयकी इच्छित और अनिच्छित क्रियाओं द्वारा क्षीण हुए हुए जीवनके रासायनिक पदार्थोंकी भोजनों द्वारा पूर्ति करना चाहते हैं, तो केवल वही रस भरे अपनी ज्ञानेन्द्रियोंकी प्रकृतिके अनुकूल फल सेवन करने चाहियें, जिनके कोमल होनेसे उनमें अधिक विष्टा उत्पन्न करनेवाले स्थूल और तन्तुओंके पदार्थोंकी मात्रा कम है, और जिनकी कोमलतासे मुख, आमाशय और अन्त्रादिमें ऐसा घर्षण न हो, जो हमारे जीवन-कोषोंसे उनकी शक्तिके बाहर रसोका स्राव हो, और जिनके स्थूल और तन्तुमय होनेसे रसोंकी अपेक्षा विष्टेकी उत्पत्ति अधिक हो। अर्थात् जिनके रस युक्त और जीवनके सूक्ष्म रासायनिक पदार्थोंसे सङ्गठित होनेपर हमारे आमाशयिक जीवन-कणोंको उनके पाचनार्थ अपने अनावश्यक रसोका स्राव करनेका दुःख नहीं भोगना पड़ता, और जिनसे विष्टेकी अपेक्षा अधिकाधिक रसोंकी उत्पत्ति होती है। अतः सिद्ध होता है कि भोजन मात्रका केवल एक यही अर्थ है—वह हमारे क्षति पूर्ण एवं अचैतन्य जीवन कोषोंको, अपने रासायनिक पदार्थोंका हमारे रसोंमें रूपान्तर होनेपर चैतन्यता तथा नवजीवन प्रदान करता रहे, न कि हमारे जीवन-कणोंके नष्ट-भ्रष्ट और उनकी शक्तियोंको क्षीण करके दुःख, आलस्य, शिथिलता, एवं अचैतन्यता या मूर्छाका हेतु हो। किन्तु प्रकृतिके राज्यमें ऐसा कोई पदार्थ नहीं है, जो सर्वथा दोषोंसे शून्य हो। सूक्ष्माति सूक्ष्म कोमल जीवन-कणोंसे सङ्गठित फलभी हमारी ज्ञानेन्द्रियोंके प्रतिकूल कुछ न कुछ तीक्ष्ण एवं उत्तेजक होनेसे दोष युक्त प्रतीत होते हैं, और न बिना उनके कुछ न कुछ अनिवार्य तीक्ष्ण और उत्तेजक गुण होते हुए हमारा शरीर ही उनसे अपने जीवनके रासायनिक पदार्थोंको प्राप्त कर सकता है, क्योंकि जबतक किसी पदार्थ द्वारा उत्तेजना नहीं होती आमाशय अनुत्तेजित रहनेसे उसी प्रकार अपना कर्तव्य पालन नहीं करता जिस प्रकार मूत्राशयमें यथेष्ट मूत्र एकत्र न होनेके कारण मूत्रके भारीपनकी उत्तेजनाका ज्ञान न होनेसे मूत्र नाली उसको त्यागनेके अर्थसे अपना द्वार खोलनेका काम नहीं करती। किन्तु प्रत्येक पदार्थकी उस अनिवार्य तीक्ष्णता या उत्तेजनासेभी हमारे जीवनका बहुतही सूक्ष्म रूपसे अन्त होता रहता

है; और अन्तमें एक दिन हम मृत्युका ग्रास बन जाते हैं। यह दुसरी बात है कि जिन पदार्थोंकी उत्तेजना सूक्ष्म है उनके सेवनसे अधिक उत्तेजक पदार्थोंकी अपेक्षा हमारा शरीर दीर्घायु होकर बिना कष्टके प्राकृतिक मृत्युको प्राप्त होता है। क्योंकि प्रकृतिका नियम है कि प्रत्येक पदार्थका विकास होना और फिर पतन होकर, उन्हीं पतन हुए हुए पदार्थोंका दुसरे पदार्थोंमें रूपान्तर होकर अन्य पदार्थोंका विकास होना। अतः इसी प्रकार विकास और पतनका क्रम निरन्तर जारी रहता है। या यों कहना चाहिये कि प्रकृति जीवनके रासायनिक पदार्थोंकी एक नियत मात्रासे उसी प्रकार क्रीड़ा करके कभी वनस्पति वर्गकी किसी जातिकी अधिक उत्पत्ति और कभी किसीका नाश करती है, या वैसेही कभी जन्तु वर्गमें किसी जातिकी वृद्धि और कभी किसीका हनन करती है। जैसे एक सुवर्णकार सुवर्णकी एक नियत मात्रासे कभी कड़ा बनाता है और कभी उसको तोड़कर फिर उसी सुवर्णसे किसी अन्य आभूषणकी रचना करता है, निदान् ज्ञानेन्द्रियोंके ज्ञान द्वारा हमारी रक्षा करते हुए भी प्रकृतिने हमारे उत्तमोत्तम आहारमेंभी अनिवार्य उत्तेजना करके ऐसा साधन रक्खा है कि प्रत्येक समय हमारे शरीरके जीवनके अंशोंमें कुछ न कुछ न्यूनता होती रहती है। क्योंकि यदि हमारे भोज्य पदार्थोंको अनिवार्य सूक्ष्म उत्तेजनासेभी वञ्चित रक्खा जाता तो कभी युगान्तर नहीं होता और यह नश्वर ससार अमर हो जाता। परन्तु ऐसी दशामें प्रकृतिकी परिमित मात्राके रासायनिक पदार्थोंका जगतकी रचनामें व्यय हो जानेसे आगेको उसी प्रकार सृष्टिकी रचना बन्द हो जाती जिस प्रकार सुवर्णकी एक नियत मात्रा रक्खनेवाले सुवर्णकार द्वारा उस सारे सुवर्णके कड़े बनानेपर जबतक उनको न तोड़ा जावे तबतक अन्य आभूषणका बनना बन्द हो जाता है। अतएव ससारके नश्वर न रहनेपर सृष्टिके अनित्यके खाद्य पदार्थोंका व्यय होते, होतेभी एक दिन अवश्य उनका अन्त हो जाय, और उनके अन्त होनेपर पोषक पदार्थोंके न मिलनेसे जगतका अमर होते हुए भी प्राणान्त हो जावे, और उसके साथही साथ प्रकृतिकी सारी क्रीणाओंकाभी इति हो जावे। अतएव प्रकृतिने अपनी क्रीडाओंका अन्त न होनेके निमित्त ऐसे पदार्थोंकी रचना की है जिनके द्वारा विकास और पतनका क्रम निरन्तर जारी रहता है। इसीसे जो पदार्थ हमारे शरीरका विकास करनेके निमित्त उसका पोषण करते हैं उन्हींके द्वारा उनके कुछ न कुछ दोष युक्त और अनिवार्य उत्तेजक होनेसे वैसेही

हमको धीरे धीरे सूक्ष्म और अनुभवसे परे हानि पहुंचती रहती है, जैसे वर्षा, सूर्य और वायु द्वारा वृक्षोंका विकास होता है, किन्तु उससे कुछ न कुछ उनकी छाल तथा शरीर गलकर या रसोंके शुष्क होनेके कारण उसके पदार्थोंका रूपान्तर हो निर्जीव होती रहती है; और अन्ततः उसका पतन या नाश होनेपर वृक्षका अन्त हो जाता है। इसके अतिरिक्त दूसरा उदाहरण यह है—कोई दुर्गन्धित वस्त्र यदि सूर्यके तापमें दुर्गन्ध रहित होनेके लाभके अर्थसे रक्ख दिया जाय तो निस्सन्देह दुर्गन्धसे वाञ्छित हो जाता है; परन्तु साथही साथ कुछ जीर्णभी हो जाता है। इसीसे निरन्तर सूर्यके तापमें रक्खा हुआ वस्त्र समयसे पूर्व जीर्ण हो जाता है, या जो मनुष्य सूर्यके तापमें अधिक समयतक कार्य करते हैं उनके वदन और हस्तोंके नम्र रहनेसे ऋतुप्रभाव ( Weather beaten ) द्वारा उनके वर्णमें अन्तर आजाता है। और ऐसेही जो भोजन हम करते हैं उससे हमारे शरीरके पोषणार्थ रसोंकी उत्पत्ति होनेके अतिरिक्त हमारे मुख और आमाशयके तरल पदार्थोंका स्राव होने और उनके पाचनार्थ एवं उनका योजन सहन करनेके परिश्रमसे, प्रतिक्रियाकी उत्पत्ति द्वारा कुछ न कुछ शक्तियोंका व्यय अर्थात् हमारा पतन होताही है। फलतः इस जगत्में, उसके नश्वर अर्थात् परिवर्तनशील होनेसे, एक ओरसे सभी पदार्थ दूषित हैं। किन्तु कुछ पदार्थ ऐसे अवश्य हैं जो अनिवार्य सूक्ष्म दोष युक्त होनेसे अन्य पदार्थोंकी अपेक्षा हमारे शरीरको दीर्घायु करते हैं। ऐसे दीर्घायु करनेवाले पदार्थोंमें जो सर्वोत्तम हैं हमारे अनुभवमें अबतक केवल वेदाना या मस्कृती अनारही आया है। क्योंकि रससे परिपूर्ण मस्कृती अनारके जीवन-कण सूक्ष्म पदार्थों और कोमल तन्तुओं द्वारा मङ्गठित होनेके कारण अन्य फलोंके जीवन-कोषोंकी अपेक्षा सुपाच्य, बहुत कम उत्तेजक, रसोंकी वृद्धि और विष्टा कम उत्पन्न करनेवाला है। इसीसे हमारे मुख द्वारा सेवन किये हुए अनारका रस आमाशयमें पहुंचनेपर बिना उससे रसोंका अनावश्यक स्राव करने एवं अपने हलके योजनके कारण बिना उसके अनावश्यक भारके उठानेका परिश्रम तथा अनावश्यक प्रतिक्रिया द्वारा उसकी शक्तियोंके व्यय होनेका कष्ट दिये अन्य फलोंकी अपेक्षा शीघ्र पाचनमें आकर हमारे शरीरके पोषणार्थ आविष्काराधिक रसोंकी उत्पत्ति करता है; जब कि स्पूल फलोंको उनके पाचनार्थ उनके तरल रूप देनेके निमित्त—उनमें रसोंकी न्यूनतासे—आमाशयको अपने अनावश्यक रसोंका वाववरनके लिए अनुचित परिश्रम करके अपनी शक्तियोंका कुव्यय करनेको बाध्य होना पड़ता है, और फिर

भी उनसे अनारके सदृश हमारे रसोंकी बहुत कम उत्पत्ति होती है । कारण यह कि हमारे शरीरका पोषण करनेवाले रसीले जीवनमय पदार्थोंको आमाशय केवल उन्हीं पदार्थोंसे अधिक प्राप्त कर सकता है, जिनके जीवनके रासायनिक पदार्थोंमें तन्तुओं और स्थूल पदार्थोंकी अपेक्षा रसीले और सूक्ष्म पदार्थ अधिक है । क्योंकि आमाशयकी भीतके अद्भुत छिद्रों द्वारा यकृतसे केवल सूक्ष्म और रसीले पदार्थ ही चूसे जाकर शरीरके पोषणार्थ उसमें लय किये जा सकते हैं । इसीसे स्थूल पदार्थ अपनी स्थूलता अर्थात् मोटेपन और जलकी न्यूनताके हेतु, आमाशयसे यकृत द्वारा चूसे जाकर वैसेही शीघ्र और सुगमता पूर्वक हमारे रसोंमें परिवर्तित होकर शरीरमें लय नहीं होते, जैसे थोड़ी शरकर घुले हुए जल- ( शर्बत ) की अपेक्षा मनु किसी ख-इरके बल्बमें सरलतासे नहीं छाना जा सकता । अतएव हमारे आमाशय द्वारा प्रत्येक समय प्रत्येक पदार्थका यथाशक्ति सूक्ष्म रसोंमें रूपान्तर करनेकी चेष्टा करके यकृतसे चुसवाकर शरीरके पोषणार्थ उसके प्रत्येक भागमें भेजनेके हेतु, सर्वोत्तम वह रसीले, सूक्ष्म और कोमल तन्तुओंवाले फल हैं, जिनका रसोंमें रूपान्तर करनेके निमित्त आमाशयको अनावश्यक प्रयत्न नहीं करने पड़ते ।

अनार सरीखे सूक्ष्म रस और कोमल तन्तुओंवाले पदार्थ शीघ्रतासे यकृत द्वारा चूसे जानेपर उनका हमारे रक्तादि रसोंमें रूपान्तर हो शरीरके पोषणार्थ सब स्थानोंमें पहुंचकर उसी प्रकार लय हो जाते हैं, जिस प्रकार डाक्टर हेनेमनकी आविष्कृत होम्यो-पैथिक विज्ञानकी सूक्ष्म औषधिया आमाशय द्वारा तीव्र गतिसे शरीरमें लय हो जाती हैं । किन्तु स्थूल ( मोटे कणोंसे सङ्गठित ) या भारी ( गाढ़े ) रस वाले पदार्थ वैसेही शरीरमें विलम्बसे, और अपनी स्थूलताके हेतु हानि पहुंचाते हुए, लय होते हैं, जैसे ऐलो-पैथिक चिकित्सा शास्त्रकी स्थूल और भारी औषधिया आमाशयादिमें दाह और घाव करती हुई बहुत काल पीछे मात्र लय होती हैं । कारण यह कि स्थूल औषधियोंको शरीरमें लय करनेके हेतु आमाशयको उनका तरल पदार्थोंमें रूपान्तर करनेमें विलम्ब होता है, और स्थूल पदार्थोंसे आमाशयमें दाह और घाव इसलिए होते हैं कि स्थूल रूपमें प्रत्येक पदार्थकी तीक्ष्ण शक्ति उसीके सूक्ष्म किये जानेकी अपेक्षा अधिक रहती है । इसीसे यदि हम एक तोला लवण उसके वास्तविक रूपमें सेवन करें तो उस दो तोले नमककी अपेक्षा जो एक सेर जलमें मिश्रण करके सूक्ष्म कर लिया गया है, अधिक कष्टप्रद प्रतीत

होगा। अतः हम डाक्टर हेनेमनकी इस बातसे बहुतही सहमत हैं—जितने सूक्ष्म पदार्थ होंगे उतनेही शीघ्र वह शरीरमें लय होंगे, और उनसे उतनीही कम हानि होगी। फलतः इसीसे हम अनारको अति सूक्ष्म होनेके कारण बड़ी तीव्र गतिसे रक्तादिमें परिवर्तित होकर शरीरमें लय होके, उसका अधिक पोषण करनेवाला कहते हैं। प्रत्युत यह कहना भी अनुचित न होगा, कि अनारही एक ऐसा सुपाच्य पदार्थ है जो इधर खाते जायिये और उधर शरीरमें लय होता चला जाय, और जिससे अन्य पदार्थोंकी अपेक्षा शीघ्र भूखका ज्ञान हो। जैसा हम ऊपर कथन कर चुके हैं, इस भूमण्डलपर सब पदार्थ दोष युक्त हैं—अनारभी सूक्ष्म अनिवार्य दोषोंसे शून्य नहीं है, परन्तु वास्तवमें अनार—अनारही है। उसकी प्रशंसामें किसीने क्याही अच्छा कहा है—एक अनार और सौ वीमार। निदान हमारे आहारमें केवल अनारही एक ऐसा पदार्थ हो सकता है, जो अन्य फलोंकी अपेक्षा अति सूक्ष्म रस ( जिस रसमें स्थूल पदार्थोंकी अपेक्षा जलकी मात्रा अधिक हो ) वाला होनेसे, हमारे इच्छित और अनिच्छित काम-काज या रहन-सहनादि द्वारा क्षति पाये हुए जीवन-कोषोंको अपने अमृतमय रसोंसे उनके रसोंमें रूपान्तर होकर शीघ्र और अधिक चैतन्यता एवं नव-जीवन प्रदान करता है। क्योंकि यह अनेक बार कथन किया जा चुका है—प्रकृतिके उत्पन्न किये हुए और हमारी प्रकृतिके अनुकूल उन्हीं फलोंसे हमारे शरीरके रसोंकी उतनीही उत्पत्ति होती है, जितने वह सूक्ष्म और रसीले ( पतले ) पदार्थों द्वारा सङ्गठित होनेसे जितना कम विश्रा त्यागनेको वाध्य करते हैं। अतः हमारे अनुभवसे ऐसे फलोंमें अनारही सब पदार्थोंसे कम हानि पहुंचानेवाला और सबसे अधिक रसोंकी वृद्धि करनेवाला और सूक्ष्म रासायनिक पदार्थोंसे सङ्गठित है। कारण यह कि इसके कोमल और सूक्ष्म तन्तुओंके कारण दातोसे दवातेही रस हो जाता है, और वीज तथा दोनोके छिलकेका पोक बूक देनेपर आमाशयमें पटुंचकर अङ्गुरके सङ्घा स्थूल ( गाढ़ा ) रसवाले पदार्थोंकी अपेक्षा हमारे रसोंमें अपनी सूक्ष्मतासे यकृत द्वारा सरलतापूर्वक चूसे जानेपर उसका शीघ्र रूपान्तर हो जाता है। इसके अतिरिक्त उसके सूक्ष्म बोझसे गाढ़े या स्थूल रसवाले पदार्थोंकी अपेक्षा आमाशयको बहुतही अल्प मात्रामें ऐसा सूक्ष्म ज्ञान होता है जो प्रायः प्रतीतही नहीं होता। अपरन्त अनारकी सूक्ष्म प्रकृतिमेही स्थूल पदार्थोंकी न्यूनताके कारण उसके मिठासकी उत्तेजना अङ्गूर, गहतूत या गन्नेके रसकी अपेक्षा अति सूक्ष्म प्रतीत होनेसे अन्य फलोंके

समान हानिकी सभावना नहीं होती । इससे आगे यदि हम अनेक फलोंका रस लेकर एकही मात्रामे किसी पात्रमे भरकर जलावे तो सबसे कम अनारके सूक्ष्म होनेसे उसके रसकी भस्म होगी । निदान् हमको शरीरके क्षति पूर्ण तथा अचैतन्य जीवन-कोषोमें चैतन्यता और नवजीवन लाने एव गयी हुई शक्तियोंको यथा शक्ति पूरा करनेके निमित्त अनार या उसके सरीखे जीवनके रासायनिक सूक्ष्म पदार्थोंसे सङ्गठित रसीले, चैतन्य और अनुत्तेजक फलोंकोही शीघ्र पाचनार्थ अपना आहार बनाना चाहिये । किन्तु केवल अनारपरही मनुष्यका निर्वाह नहीं हो सकता । क्योंकि प्रथम तो इस युगमें त्वत् ही मनुष्य द्वारा नाश होनेसे उसकी वृषिमें न्यूनता है, दूसरे भारतमें सैकड़ों वर्षसे विदेशियोंके अन्याय पूर्ण और स्वार्थमय शासनने हमारी अस्थियोंसे तैल निकालनेमेंभी कोई बात उठा नहीं रखती है, जिससे हमारा आर्थिक दशा अनार सेवन करने योग्य नहीं रही, तीसरे बारह-महीने अनारपर निर्वाह करना प्रकृतिसेभी विपरीत है, क्योंकि प्रत्येक ऋतुमें उसके अनुसार अनेक प्रकारके फलोंको मन किया करता है, जिससे मन द्वारा प्रकृतिकी आज्ञापरभी उन फलोंको सेवन न किया जाय तो हमारा शरीर अनेक प्रकारके रासायनिक सूक्ष्म और स्थूल पदार्थोंसे वञ्चित रहता है ॥ अत यदि हम रोगी नहीं हैं तो—अनार, अजूर, शहतूत, काशमीरी नाशपाती, माल्टा, सगतरा, नारंगी, लोकाट, गन्ना, लखनवी खर्बूजा, लीची, मीठानीबू, शरीफा, चीकू, स्ट्रावेरी इत्यादि, इत्यादि सरीखे इन्हींके सदृश अपनी रुचिके अनुसार कोमल फलोंका आहार करके जीवन निर्वाह कर सकते हैं । किन्तु इस बातका ध्यान रखना चाहिये कि उपरोक्त या अन्य जातिके फलोंमेंसे जिस फलकी जाति हमारी ज्ञानेन्द्रियोंको जितनी उत्तेजक, तीक्ष्ण, कष्टप्रद, अचैतन्यता लानेवाली, और ग्लानि युक्त या अन्य किसी प्रकार असह्य और दूषित प्रतीत हो अर्थात् जिससे जितनी अरुचि प्रगट हो, उसे यथा शक्ति उतनाही कम सेवन करना चाहिये । क्योंकि हम पहिलेही कथन कर चुके हैं—खट्टे या कठोर जिनसे दातोंको कष्ट हो या मसूड़े या मुखमें छिलकर दृश्य या अदृश्य घाव हो, या जो अधिक मीठी जातिके होनेके कारण कण्ठादिमें दाह ( जलन ) करें, या अधिक फीके अर्थात् स्वाद रहित होनेसे, रासायनिक पदार्थोंसे शून्यताके कारण, जिनका शरीरमें रूपान्तर न होसके, या सूर्य एवं ऊष्ण वायुके तापसे चैतन्यता रहित हो गये हो, या बासी होनेसे दुर्गन्ध युक्त



और विपैले तथा जीवनसे हीन हो गये हों, या अन्य किसी दोषसे घृणित प्रतीत होते हो तो उनका सेवन करना प्रकृतिसेही वर्जित है ।

उपरोक्त या अन्य फलोमेंसे अनारको छोड़कर सभी फल ऐसे हैं जो आरोग्य मनुष्योंके अतिरिक्त प्रत्येक रोगीको नहीं दिये जा सकते । अतः प्रत्येक रोगीको चाहिये—इस पुस्तकमें जिस स्थानपर रोगोकी चिकित्सा और उनसे पीड़ित रोगियोंके आहारका कथन किया गया है उसके या अपने उस चिकित्सक द्वारा, जो हमारी चिकित्सा प्रणालीमें दक्ष हो, अपने खाद्य पदार्थोंका ज्ञान प्राप्त करे, अन्यथा वह रोगपर विजयी न होगा ।

पशु आदिभी चैतन्य तथा नवजीवित पदार्थोंके मिलते हुए शुष्क और चैतन्यता रहित पदार्थोंका स्पर्श नहीं करते । इसीसे एक बैल जिसको नित्य सूखा चारा दिया जाता है, यदि वर्षा ऋतुमें कुछ दिनभी हरी, कोमल, नवजीवित दूब ( घास ) या अन्य कोई धान्यकी जातिकी रस युक्त घास भोजनार्थ प्राप्त होती है, तो वह सूखे चारेको सूंघनेकीभी इच्छा नहीं करता । इसके अतिरिक्त यहभी प्रत्यक्षही है कि नवजीवित, हरे एवं रसमय चारेमें जितना वह बलवान्, चैतन्य और सुन्दर हो जाता है, उतना शुष्क पदार्थोंसे नहीं होता, प्रत्युत इसके प्रतिकूल जितना सूखा चारा सेवन करता है, उतनाही निर्वल होने लगता है और जितनी हरी घास सेवन करनेसे एक गाय दूध देती है उतना सूखी घासका आहार करनेसे कभी नहीं दे सकती । फिर न जाने क्यों मनुष्य-देवता, जो अपनेको संसारभरका स्वामी समझते हैं, सूखे रसहीन, कठोर तथा वर्षों पर्यन्त खत्तियोंमें गड़े हुए विपैले और आलस्य देनेवाले धान्य, मेवा, शाक और मासादिकोही अपना प्रिय भोजन बनाये हुए हैं ?

वह पदार्थ जो चैतन्यताके स्थानमें आलस्यका हेतु होता है, या हमारे शरीरको नवजीवन प्रदान करनेकी अपेक्षा क्षीण करता है, या सुखको छोड़ दुःखका कारण होता है, या तरुणताको त्याग वृद्धावस्थाका हेतु होता है, अर्थात् जिससे दुःखी होकर हमारी ज्ञानेन्द्रिया उसमें दोष पाती हैं, और जिससे हमको अस्वस्थ होती है, उसे भोजनके नामसे पुकारना—केवल एक मिथ्या धारणा है ! ऐसे पदार्थोंको तो विष या हमारे जीवन-ऋणो, प्रत्युत हमारी जातिके हन्ताके नामसे सम्बोधन करनाही उचित होगा ।

प्रकृति माताने हमें ज्ञानेन्द्रिया या शुभ सूचक यन्त्र इसी हेतु दिये हैं—जैसे हम

अपने जीवन सम्बन्धी अन्य कार्योंके विषयमें जान सकते हैं, उसी प्रकार अपने सेवनार्थ खाद्य और अखाद्य पदार्थोंका ज्ञान कर सकें । परन्तु इसपरभी यह समस्या कुछ कठिन प्रतीत हो तो पूर्व कथित और निम्न लिखित बातोंपर ध्यान देना चाहिये —

मनुष्यका प्राकृतिक आहार केवल वह चैतन्य, नवजीवित, तत्क्षण वृक्षसे प्राप्त किये हुए रस युक्त और सूक्ष्म ( पतले रस और कोमल, अदृश्य तन्तुओंवाले ) फल हैं जो नासिका, जिह्वा, ओष्ठ, दन्त, नख, कण्ठ, नेत्र और हस्तादिको घृणित, कष्टप्रद और मुख, भोजन नाली, आमाशय, यकृत और अन्त्रादिके रसोंका स्राव या उनके द्वारा वमन, विरेचन करनेको बाध्य नहीं करते, और जिनको विना अग्नि, मसाले एवं घृतादिकी कृत्रिम सहायता लिये उदर-पूर्तिके हेतु सेवन कर सकते हैं । कोईभी वह फल जिसके सेवनसे चैतन्यता और नवजीवन प्राप्त नहीं होता, वरन् किसी प्रकार आलस्य, तीक्ष्णता, अनावश्यक उत्तेजना और भारीपन ज्ञात होता है, या जिसके सूघनेमें अपवित्र, तीक्ष्ण, उत्तेजक या हीकमय गन्ध आती है, या जिसके खाते समय अथवा उसके उपरान्त जिह्वाका स्वाद विगडता, उसपर छाले या धाव प्रतीत होते या वह खुर्दरी हो जाती, या सन्तसनाहट, अथवा किसी प्रकारकी तीक्ष्णता प्रतीत होती, या मुखका स्वाद खारी, कड़वा, कसीला या भारी हो जाता या जीवन-कोषोंके रसोंका अनावश्यक स्राव होकर मुखमें लार एकत्रित हो जाती, या जिसका दूध ओष्ठोंपर चिपकता, या उनपर छाले उत्पन्न कर देता, या जो दातोंमें अटकता, या चवानेमें कष्टप्रद, कठोर और किर्किरा प्रतीत होता, जिससे कभी, कभी फुरेरीका ज्ञान होता, या जिसकी खटाईके कारण दातोंको दुःख होता, या जो कण्ठमें अटकनेसे बसका और फन्दा लगाता, या चर्चरा या अति मीठा होनेसे दाह ( खराश ) करता, या जो नेत्रोंको देखनेमें अप्रिय, या जो स्पर्श करनेमें घृणित हो, या जिसको हमारे नख और दन्त मिलकरभी विना किसी अन्य शस्त्रकी सहायताके न चीर सकते हों, कदापि हमारे सेवनार्थ नहीं हैं ।

इस चक्राकारपर मानव जाति सर्व जातियोंमें उच्चतम गिनी जाती है । इसीसे हमारा भोजनभी सर्वोत्तम होना चाहिये । सर्वोत्तम भोजन फलोंको छोड़ संसारमें कोईभी अन्य पदार्थ नहीं है । कारण यह नाज, शाक और मासादि विना कृत्रिम रीतिसे बनाये हुए, अर्थात् विना भूने, उवाले और घृत, तैल या अन्य उत्तेजक

पदार्थों-( मसालों ) को सम्मिलित किये, हमको प्रिय, सुस्वादिष्ट तथा चैतन्यता लाने वाले प्रतीत नहीं होते । इसीसे अन्न एवं शाकादिको अपनी प्रकृतिके प्रतिकूल होते हुएभी बलात् सेवन करनेके हेतु, रन्वन क्रियाका आविष्कार किया गया है । परन्तु जिस प्रकार कुरूपा स्त्री बहुमूल्य वस्त्राभूषणोकोभी लजाती है, उसी प्रकार इन अप्राकृतिक पदार्थोंका ढङ्ग है; जबकि अनुकूल प्रकृतिवाले फलोको विना किसी कृत्रिम साधनके, उनके वास्तविक रूपमें जैसे वृक्षसे प्राप्त हो, और जैसे प्रकृति आज्ञा दे, सेवन कर सकते हैं । क्योंकि:—

हुस्न जिनकी सूरतोंसे, है वरसता खुदबखुद,  
ज्वरोंकी, जीनतें सब, उनको 'कर्नल' हेच हैं ।

अपरन्त यदि हम अपनेको मानव जातिके मान-गर्वित नामसे पुकारनेका साहस रखते हैं, तो फलोंमेंभी, अपनी ज्ञानेन्द्रियोंकी सहायतासे, अनिवार्य विकारोंके अतिरिक्त अनुचित दोषोंको खोजकर उनके परित्यागकी आवश्यकता है । क्योंकि कोई वनवासी पशु, पक्षी आदि अपनी प्रकृतिके विपरीत कोई पदार्थ सेवन नहीं करता । इसीसे नित्य अनुभवमें आता है कि वृक्षोंपर बैठे हुए पक्षी किसीभी फलको जिसमें तनिकभी दोष होता है, केवल एक, दो बार कुतरकरही त्याग देते हैं, और तुरन्त अन्य किसी दोषरहित फलकी खोजमें लग जाते हैं । परन्तु मनुष्य देवता अपनी बुद्धिपर गर्व करते हुएभी सड़े-गले, अस्वादिष्ट, अपवित्र, तीक्ष्ण या हीनमय गन्धयुक्त, किसी प्रकार उत्तेजक या तीक्ष्ण, कठोर, भारी और सर्वथा अपनी प्रकृतिके प्रतिकूल गुण रखनेवाले फलोको तो क्या छोड़ेंगे ? इन्होंने तो संसारमें खाद्याखाद्य किसी वर्गका पदार्थ त्यागाही नहीं ! कड़वे, कसीले, खारी, खट्टे, कठोर, विर्येले, शुष्क, ग्लानियुक्त ( जगत भरके अपवित्र ) हमारी प्रकृतिके विपरीत अभक्ष्य पदार्थोंको, केवल अपनी बुद्धिकी चंचलतापर गर्व करनेके हेतु, भक्ष बनानेका प्रयत्न किया है । परन्तु देखा जाय तो यह सब निर्मूल है, और केवल अपने शरीरपर अपकार करना और मानव जातिकी बुद्धिपर काल्मिया लगाना है । अतएव फलोंमेंभी इस प्रकार सूक्ष्म दृष्टिसे देखना चाहिये:—

जैसे—फेला यद्यपि अति मीठा फल है, तथापि मनुष्यकी प्रकृतिके विपरीत है । कारण यह कि वह रस और चैतन्यताकी कमी तथा तन्तुओं एवं स्थूल और तीक्ष्ण पदार्थों द्वारा सङ्गठित होनेसे ह्वारे या बमूलकी छालके सदृश कुछ न कुछ कसीला

तीक्ष्ण स्वाद प्रकट करता है, जिससे मुरु रुखा प्रतीत होता, आमाशयको उसका बोझ दुःखप्रद जान पड़ता, और आमाशयिक जीवन-कोषोंसे उसके रसोंकी कमीकी पूर्तिके हेतु तथा पाचनार्थ अपने तरल पदार्थोंका अनावश्यक स्राव करना पड़ता है, और इसपरभी उससे रसोंकी अपेक्षा विद्या अधिक उत्पन्न होता है, और हमारे आमाशय और अन्त्रादिके तरल पदार्थोंका व्यय हो जानेसे उनमें शुष्कता आजाने या उसके तीक्ष्ण गुणोंसे प्रदाहित हो जानेके कारण हम कोष्ठवद्ध या अजीर्णकी आखेट हो जाते हैं । जामन, मौरश्री या खिल्ली हुई फूटादि दोषयुक्त होनेसे सेवन करते समय कण्ठमें अटकती हैं, जिससे सहस्रों आमाशयिक और मौखिक जीवन-कणोंका प्राणान्त हो जाता है । अतः इस प्रकारके फल हमारी प्रकृतिके विपरीत सिद्ध होते हैं । आम सरीखे चेपवाले या अत्यधिक मीठे फल, रसीले होते हुएभी अपनी चेप या मिठासकी तीक्ष्णता और रसके गाढ़े होनेके कारण उसके भारी पनसे, जीवन-कोषोंके चामको काटकर प्रथम कण्ठमें दाह करते और फिर शरीरमें फूट निकलते, तथा शरीरमें विलम्बसे लय होते और पाचनमें आनेसे पूर्व गुदा द्वारा प्रवाहित हो जाते हैं, जिससे हमें प्रकृति उनका सेवन नहीं बताती । अंजीर सरीखे फल मुख और जिह्वाके अनेक भागोंमें, अपने अग्निरूप बीजोंकी तीक्ष्णताके प्रभावसे छाले डालते और उनमें दाह उत्पन्न करते हुए दृश्य या अदृश्य धावोंकी उत्पत्ति करते हैं । इसीसे अजीर, आमाशय और अन्त्रादिमें पहुंचकर खल-बली मचा देता है, जिससे उसकी तीक्ष्णता द्वारा उनके रसोंका अनावश्यक स्राव होनेसे सडन और ऊष्णताके होनेपर वह स्वयं तथा अन्य पदार्थों सहित पतला हो जानेसे आमाशयादिमें न ठहर सकनेके कारण विरेचनका हेतु होता है । अतएव प्रकृति ऐसे पदार्थोंके सेवनसे सहमत नहीं । कठल आदि कठोर त्वचा वाले फल विना शस्त्रादिकी सहायताके दन्त और नखों आदिसे नहीं छोले जा सकते, इसके अतिरिक्त उनके भीतरका गूदाभी हमारे जीवन-कणोंसे तुलना करनेपर परिमाणतः भारी सिद्ध होता है, जिससे उनके खानेकी प्रकृति आज्ञा नहीं देती । मिर्च, लवङ्ग, पीपल आदि अति चर्परी होनेसे जिह्वा नाम लेतेही घबराती है, और उसके द्वारा प्रकृति ऐसे अति तीक्ष्ण पदार्थोंसे पृथक् रहनेकी चेतावनी देती है । पोपीता ( आरुण्ड खर्बूजा ) आदि अपवित्र या हीकमय गन्ध वाले पदार्थ मुखमें छाले डालते और उनका दूध हाथोंसे चिपकनेके हेतु स्पर्श करनेसे ग्लानि प्रतीत होती



देशके मनुष्योंकी त्वचा कठोर और किसीकी कोमल होती है, तथा एक देशकी जातिकी मुखाकृतिमें दूसरे देशकी जातिसे वैसेही अन्तर होता है, जैसे देशी और विदेशी कुत्तोमें भेद होता है । अतः कठोर त्वचा और भद्दी आकृतिके मनुष्य, कोमल त्वचा और सुन्दर आकृतिके मनुष्योंकी जानिकी अपेक्षा अधिक रसहीन, स्थूल और उत्तेजक फलोंका सेवन कर सकते हैं । किन्तु ससारमें मनुष्यकी ऐसी कोई जाति नहीं है, जिसकी त्वचा या जीवन-कोप, भैस, वकरी, ऊट या अन्य ऐसेही जीवोंके सदृश जीवनके स्थूल रासायनिक पदार्थों द्वारा सङ्गठित हो । अतएव हम रसीले और अनुत्तेजक फलोंको छोड़ अन्य कठोर पदार्थोंको अपना भोजन नहीं कह सकते । अपरञ्च पिछत्तर प्रतिशत हमारे शरीरमें जलका अंश है, निदान् हमारी प्रकृतिके अनुसार केवल वही अनुत्तेजक फल हो सकते हैं जिनमें हमारे शरीरके रसोंमें परिवर्तित होनेके निमित्त तीन चौथाईसेभी अधिक जलका भाग हो, अन्यथा उन फलोंका हमारे शरीरपर वही अपकार होता है जो एक लोहेका धुरा काष्ठके पहियेके छिद्रमें घूमकर कर सकता है ।

## खान-पानके नियम.

**खान-पान**के अन्य नियमोंके अतिरिक्त सबसे पूर्व यह जाननेकी आवश्यकता है कि मनुष्यको आहार लेनेके निमित्त सर्वोत्तम समय कौनसा है ? इसका उत्तर बहुतही सरल है, क्योंकि यद्यपि हम अपने नियम विरुद्ध व्यवहारसे अपनी प्रकृतिको बुरे स्वभावोंमें परिणत करनेके कारण अपने आमाश्यादिको क्षुधाके नियमित समयका ज्ञान देनेमें कर्तव्यहीन कर चुके हैं, तथापि यदि हम कुछभी बुद्धि रखते हैं तो यह भले प्रकार जान सकते हैं कि रात्रिके विश्रामसे जिस प्रकार हमारे शरीरके अन्य समस्त, गत दिवसके परिश्रमसे थकित, अवयव पुनः नवजीवित हो जाते हैं उसी प्रकार हमारा आमाशयभी पुनः चैतन्य होकर अपना कार्य करनेको प्रस्तुत हो जाता है । अतः यह बात निर्विवाद है कि रात्रिके विश्रामसे हमारा समस्त शरीर नवजीवन प्राप्त कर लेता है । इसीसे एक विद्यार्थी या यात्री जो प्रातःके समय एक घण्टेमें जितना पाठ या यात्रा करता है निश्चय दिनके चढ़नेपर उतना पाठ या यात्रा सवा या डेढ़ घण्टेमेंभी उतनी सरलता पूर्वक न

कर सकेगा । अतएव सिद्ध होता है कि जितनी सुगमतासे हम प्रातःके समय भोजनका पाचन कर सकते हैं दिनके अन्य किसी भागमें, ज्यों, ज्यों, सूर्य चढ़ता जाता है और हमारा शरीर अपनी नियमित क्रियाओंके करनेसे थकित होता जाता है त्यों, त्यों आमाशयकी शक्ति क्रम पूर्वक कम हो जानेसे, नहीं कर सकते । निदान् । सबसे पहिला भोजन सूर्योदयके समयही होना चाहिये । अन्यथा हम किसी प्रकारभी प्रातःकालकी अपेक्षा अन्य किसी समय अपने आहारका पाचन करके भली भाँति शरीरका पोषण नहीं कर सकते । इसके अतिरिक्त प्रातःके समय, जब कि आमाशय रात्रिके विश्रामसे नवजीवन प्राप्त करके, अपना कार्य करनेको प्रस्तुत होता है और हम उसे भोजन न देकर उसके कर्तव्य-पालनमें बाधक होते हैं, तो वह कुछ दिनमें वैसेही कर्तव्यहीन हो जाता है, जैसे पिङ्गरेमें वन्द करके रक्खे हुए पक्षीके पंख उड़नेका कार्य करनेसे वञ्चित रहनेके कारण निस्सन्देह शीघ्र कर्तव्यच्युत हो जाते हैं । अपरञ्च यदि हम उस समयका भोजन न करें, तो दिनमें एक कालका भोजनभी हमारे भोजनोकी प्राकृतिक गिनतीसे कम हो जाता है क्योंकि यदि हम दो, चार दिनका उपवास करके भोजन करें, तो अपने आहारकी इतनी मात्रा कभीभी उदरस्थ नहीं कर सकते जो गत् उपवास किये हुए दिनोंके भोजनोकी क्षतिको पूर्ण कर सके । इसके अतिरिक्त प्रायः सृष्टिके जीवोकी सभी जातियाँ, जिनकी प्रकृति दिनमें काम करनेकी है, भोर होतेही धीमी, धीमी सुहावनी पवनमें प्रकृतिकी प्रशंसामें मधुर गान करते हुए कोई वृक्षोकी टोहमें चैचहाते, कोई सुन्दर, सुन्दर फूलोंसे रस लेनेको गुञ्जारते, कोई क्षेत्रोंमें हरियालीकी खोजमें विचरते, और कोई, कोई घने वनोमेंही अपने आहारको ढूँढते फिरते हैं । परन्तु मनुष्य-देवताका तो कोई नियमही नहीं, और यदि किसी महाशयने अपने दीन आमाशयपर बड़ी दयाभी की, तो कुछ थोडासा कलेवा देकर बहका दिया, जिससे क्लेशित हो आमाशयकी वास्तविक क्षुधाका ज्ञान करनेके समयकी अवधि औरभी परे हो जाती है । क्योंकि जिस प्रकार सेरभर चावल उबलनेवाली हाडीमें चाहे दो तोले चावलका रन्धन किया जावे चाहे सेरभरका, परन्तु उनके उबलनेके अर्ध कालमें, जबतक उन चावलोंका रन्धन न हो जावे, सेरभरकी न्यूनताकी पूर्ति करनेके निमित्त शेष चावल रन्धनके अर्थसे उसमें नहीं डाले जा सकते, उसी प्रकार आमाशय द्वारा जबतक उस कलेवेकी अल्प मात्राका पाचन होकर शरीरके रसोंमें रूपान्तर न कर दिया जावे, तब

तक सच्ची क्षुधा प्रतीतही न होगी । निदान् इस प्रकार अपने उस आमाशयका, जिसपर हमारे जीवनका आवार है, गला घोटना किसी प्रकारभी उचित नहीं । अर्थात् प्रातः कालमेही भोजन करना सर्वोत्तम है । इसके पश्चात् सूर्यास्त होनेके समयतक जब, जब क्षुधाका ज्ञान हो भोजन करना चाहिये । परन्तु किसी समय जबतक वास्तविक और विकल करनेवाली क्षुधा प्रतीत न हो, भोजन न करना चाहिये । यदि किसी व्यक्तिको घुरे स्वभावोके कारण प्रातःके समय भूख कम लगे तो सबसे अच्छा यही उपाय है—दो, चार दिन सायंकालका भोजन न करे तो आगामी प्रातः कालको, यदि हमारे कुकर्मों द्वारा आमाशय अधिक दूषित नहीं है, अवश्य क्षुधाका ज्ञान होगा ।

इसके उपरान्त अवतक जलादि द्वारा चिकित्सा करने और उसे प्राकृतिक चिकित्साके मिथ्या नामसे सम्बोधन करनेवाले पूर्वज चिकित्सक या उनके आविष्कर्त्ताओंने जो त्रुटियाँ की हैं उनमेसे एक त्रुटि यहभी है—वह यह सिद्ध करनेमें समर्थ न हुए, रोगीको किस मात्रामे भोजन देना चाहिये ? इसीसे उनके कथन इस प्रकार हैं:—

मिस्टर प्रीसनिट्ज प्राकृतिक जल चिकित्साके प्रसिद्ध डाक्टरके विषयमें डाक्टर मण्डका कथन है —“ The worst of it all was, that the disease did not give way, that fresh attacks of gout would occur, etc , but was at least discovered that the evil it was caused by too much food ” अर्थात् प्रीसनिट्जकी चिकित्साके रोगोंका दूर न होना, और गठिया सरीखे रोगोंके नवीन आक्रमण होना इत्यादि, बड़ी भारी त्रुटि थी, किन्तु अन्तमें यह सब स्पष्ट होगया कि यह समस्त दोष आवश्यकतासे अधिक भोजन करनेका परिणाम था । इससे आगे फिर डाक्टर मण्ड कहते हैं —“ Pressnitz urges that he who can not eat every thing must be ill. ” अर्थात् डाक्टर प्रीसनिट्ज इस बातपर बल देते हैं कि वह मनुष्य जो प्रत्येक पदार्थ सेवन नहीं कर सकता अवश्य रोगी रहना चाहिये । डाक्टर एडवर्ड हुकर डेवी, उपवास चिकित्साके पक्षपाती, कुछ अन्यही राग अछापते हैं । जहा प्रीसनिट्ज ठूस, ठूसकर खानेको कहते हैं, वह प्रत्येक स्थानपर भूख मरनेकीही सम्मति देते हैं; और इसपरभी अपनी चिकित्साको प्राकृतिक



कहनेमें तनिकभी लज्जा नहीं करते । प्रकृति द्वारा तो केवल उन्हीं तीव्र रोगोंमें उपवास करनेकी आज्ञा है, जिनसे पीड़ित होनेपर क्षुधाका ज्ञान लुप्त हो जाता है ।

डाक्टर लुई कोहनी, जो प्राकृतिक जल चिकित्साके अद्वितीय विद्वान माने जाते हैं, यहभी न निश्चय करसके—कौनसे रोगीको उसके आहारकी कितनी मात्रा देनी चाहिये ? इसीसे वह लिखते हैं:—“यह बताना बहुत कठिन है कि आहारका वह परिमाण कितना है, जो रोगी पचा सकता है ? ”

अतः हम प्राकृतिक चिकित्साको इस त्रुटिसे वञ्चित करनेके निमित्त, उस नियमका कथन करते हैं जो बहुतही साधारण और प्राकृतिक है:—

भोजनकी इच्छाके लिए दो शब्द हैं एक क्षुधा और दूसरा तृष्णा । क्षुधा वह वास्तविक भूख है, जो आमाशयको यथेष्ट मात्रामें पूर्ण प्राकृतिक भोज्य पदार्थ प्राप्त होनेपर शान्त हो जाती है, और तृष्णा बुरे स्वभावोंके कारण केवल तीक्ष्ण पदार्थोंकी उत्तेजनाके निमित्त उनकी लालसा प्रगट करती है, और सदा अशान्त रहती है, क्योंकि रोगादिसे पीड़ित होनेपर मुखका स्वाद अच्छा नहीं रहता । इसीसे तृष्णासे पीड़ित मनुष्य द्वारा कोई तीक्ष्ण पदार्थ चखने मात्रकी अपेक्षा शरीरके पोषणार्थ भर-पेट नहीं खाया जाता, यद्यपि प्रत्येक समय यही लालसा रहती है—यह खाऊं, वह खाऊं । अतएव वह प्राकृतिक पदार्थ जो हमारी प्रकृतिके अनुकूल क्षुधा निवारणार्थ हैं, बड़ी सावधानीके साथ दातो द्वारा सूक्ष्म करके चवाये और चूसे जानेपर उदरस्थ करनेसे हमारी जिह्वा और कण्ठ केवल आहारकी उतनीही मात्रा आमाशयमें प्रवेश करनेको समर्थ होंगे, जितनी जिस रोगी अथवा आरोग्य मनुष्यके पक्वाशयके पाचनार्थ यथेष्ट और उचित है; क्योंकि यदि मनुष्य बलात् उस मात्रासे अधिक, जो उसकी क्षुधा निवारणार्थ यथेष्ट हो, सेवन करनेका प्रयत्न करेगा तो स्वतःही मुख द्वारा अरुचि प्रगट होगी । प्रयुक्त यथाशक्ति जिह्वा भोजनकी उस अनावश्यक मात्राको उदरस्थ करनेकी अपेक्षा उगलनेका प्रयत्न करेगी । परन्तु अप्राकृतिक या अर्धरूपसे चवाये हुए और उत्तेजक पदार्थ सदा उदरमें आवश्यकतासे अधिक प्रविष्ट किये जाते हैं । इसीसे एक बड़ी जनसंख्याके मल ( विष्टे ) का प्रवाह द्रव या शुष्क रूपसे बिना किसी नियमके होता है, जिसका केवल एक यही अर्थ है—भोजनकी अनावश्यक मात्रा सेवन करनेसे वह पाचनमें नहीं आता । इसके अतिरिक्त अधिक भोजन करनेसे आमाशयके भीतर पहिले सड़न उत्पन्न होती

है, जिसकी तीक्ष्णतासे आमाशय और अन्त्रादिमें घाव होने, तथा यकृतदि द्वारा सर्व शरीरमें सड़नका 'विष फैलनेसे अनेकानेक जीवन-कणोंकी क्षति और रक्तके दूषित होनेके कारण नाना प्रकारके रोगोंकी उत्पत्तिका हेतु होता है, तदुपरान्त अजीर्णके पदार्थोंकी निरन्तर सड़नका अमल, सिक्के या मदिरा सरीखे तीक्ष्ण पदार्थोंमें रूपान्तर हो जाता है, जिससे उसकी तीक्ष्णता द्वारा अधिकाधिक गरिष्ठ और उनकी अत्यधिक मात्राभी सरलतासे पाचनमें आजाती है। इसीसे कुछ दिनतक जिन गरिष्ठ या रेचक पदार्थों या उनकी अधिक मात्राओंके सेवनसे अजीर्ण प्रतीत होता है, कुछही काल पीछे जब आमाशयमें उन्हीं पदार्थोंकी सड़नका अमलादिमें (तेजाव) रूपान्तर हो जाता है अजीर्णका ज्ञान नहीं रहता। परन्तु इसका अन्तिम परिणाम किसी प्रकारभी आपत्तिसे शून्य नहीं। क्योंकि आमाशयमें अमल सरीखे तीक्ष्ण पदार्थोंके जन्मलेनेके उपरान्त नितान्त आमाशय, अन्त्र, यकृत, प्रत्युत सर्व शरीर गलकर क्षीण होता और फिर निर्जाव होनेसे कठोर होता या सिकुड़ता रहता है, जिससे आमाशयादि-एकैक अपने कर्तव्य पालनसे च्युत हो जाते हैं, और ऐसी दशामें रोगीको प्राकृतिक स्थूल पदार्थों (फलोका गूदा) केही नहीं बरन् फलोके रसोंका पाचन करनाभी दुस्तर हो जाता है। अतः ऐसी अवस्थामें केवल अनार सरीखे सूक्ष्म (पतले रसवाले) फलोका रस चुसवाकरही रोगीका निर्वाह करना पड़ता है। किन्तु किसी, किसी रोगीको, जिसकी दशा अधिक नहीं बिगड़ी हो अन्य कोमल परमाणुओं द्वारा सङ्गठित फलोका रस चुसने और फोक थूकनेकी अनुमति दी जा सकती है, जिससे आमाशयको भार न सहन करनेसे उसे विश्राम द्वारा पुनः नवजीवन प्राप्त करनेका अवकाश मिले।

अधिकांश मनुष्योंने भोजन चवानेकी प्रणाली ऐसी बिगाड़ी है कि किसी कामको कठिन समझते हैं तो कहते हैं—**कोई मुखका ग्रास है जो झट निगल लिया**—अर्थात् मुखके ग्रासके निगलनेका अर्थ उन महाशयोंने बहुतही शीघ्रतासे समझ रक्खा है। फिर यदि वह अपनी पाचन क्रियाको नितान्त उल्लाना दें, और प्रमेह, यकृत एवं रक्तविकार इत्यादि, इत्यादि रोगोंमें ग्रसित रहें, तो कौन विलक्षणता है ?

मनुष्य प्रकृतिके विरुद्ध रात-दिन कतर-बोंत करता रहता है, किन्तु लाख, लाख उपाय करनेपरभी वह प्रकृतिपर विजय नहीं-पासकता। क्योंकि वह अपने

कोई मनुष्य शरीरमें एक आमाशयके स्थानमें दो आमाशय नहीं लगा सकता, जिससे कि संसार भरके प्राकृतिक और अप्राकृतिक पदार्थोंका पाचन कर सकें। तनिकभी भोजनकी मात्रा अधिक या गरिष्ठ होनेसे वह पाचक पदार्थोंहीकी खोज करता फिरता है; और शक्तियोंके अति क्षीण हो जानेपर अद्योपान्त सभी औषधियां निरर्थक सिद्ध होती हैं। कारण यह कि औषधियां तभीतक अपना तीक्ष्ण प्रभाव दिखा सकती हैं, जबतक आमाशय या यकृतादिमें विषोंसे घावोंकी उत्पत्तिके उपरान्त आमाशयकी भीत या यकृतके जीवन-कण निर्जीव नहीं हुए हैं और उसमें जीवन-शक्तियां उपास्थित हैं। क्योंकि आमाशय या यकृतादिके जीवन हीन और कठोर हो जानेपर कोई औषधि भोजनके पाचनार्थ उनसे रसोंका स्राव नहीं करा सकती, और ऐसी असमर्थ दशामें मनुष्यकी वह गर्वमय बातें, जिनसे वह प्रकृतिको हाकना चाहता है रक्खीही रह जाती हैं।

मानव जातिपर यह बड़ा भारी कलङ्क है—वह अपनी अलौकिक बुद्धिके कारण जिह्वाके चटोरपनसे कुत्ते और बन्दर सरीखे जीवोंसेभी गया बीता है। क्योंकि कोई कुत्ता या बन्दर, यदि मनुष्यकी असीम कृपा द्वारा धोखेसे किसी पदार्थका अभ्यस्त नहीं कराया गया है, विषो या भोजनकी अनावश्यक और अधिक मात्राओंको सेवन न करेगा। इसीसे एक समयकी घटना है—सन् १९०१ ई० में लार्ड कर्जनके ट्रावनकोर जानेपर वहाके महाराना ने उन्हें एक ऐसा सर्प दिखाया, जो प्रति आठ दिवसके उपरान्त किसी छोटे नागका आहार करनेकी प्रकृति रक्खता था। उस सर्पके सन्मुख एक छोटा सांप डाला गया, परन्तु वह एक दिन पहिले अपना आहार कर चुका था और विना आठ दिन समाप्त हुए उस सांपको नहीं खा सकता था। अतः कई बार उनके कहनेपरभी उसने उस सांपको न खाया। इसपर उनके एडीकाइने कहा:—“यह वह लार्ड कर्जन है जिनके सकेत मात्रसे भारतके बड़े, बड़े महाराजा दिनमें छः, छः बार खानेको प्रस्तुत हैं, परन्तु इनके इतने आग्रह-परभी एक बड़ा सर्प छोटे सांपको नहीं खाता!” हा! धिक्कार है मनुष्यको जो उस सर्पसेभी गया बीता है।

हा, कितने शोकका स्थान है—माताएं स्वयं अपनी सन्तानकी हिंसक बनती हैं! वह बालकोंको, उनके दांत निकलनेसेभी पूर्व अनेक प्रकारके अप्राकृतिक भोजनोका आहार कराना आरम्भ कर देती हैं। इसके अतिरिक्त वह बालकोंकी

क्षुधा निवारण होनेपरभी अनेक प्रलोभन देकर भोजन कराती हैं। वह नहीं विचारती—भोजनकी वह मात्रा, जो वास्तविक क्षुधाके अतिरिक्त बलात् सेवन करायी गयी है, क्या हानि पहुंचावेगी ? इससेभी बढ़कर डाक्टर लुई कोहनीने, भोजनके विषयमे, मूक बालकोंके साथ निर्दयतासे काम लिया है। हमारे अनुमानसे इन प्राकृतिक डाक्टर महाशयको शिशु पोषण विषयपर पुस्तक लिखते समय कदाचित् कबूतर आदि, जो अपने बच्चोंको चुगा हुआ दाना उगलकर खिलाते हैं, का ध्यान आगया होगा। इसीसे आपने माताओंको उपदेश किया है—वह दलियेको भली भांति चबाकर उगलनेपर बालकोंको सेवन कराये। धन्य है इस बुद्धिमत्तापर जो मनुष्यत्वका गर्व करते और प्रकृतिके अनुयायी होते हुएभी बच्चोंके ऐसे कोमल मुखका, जिसमे सूक्ष्म मीठे पदार्थों, या अन्य व्यक्तिकी लार आदिसे दृश्य या अदृश्य घाव तथा छाले पड़ जाते हैं, विचार न करके, इस संकामक रोगोंकी उत्पत्ति करनेवाली घृणित रीतिसे उन्हें भोजन करानेकी अनुमति देते, और प्रकृतिकी डाँग मारते हैं।

हमारी सभ्यताके कारण हमारी सर्व श्रेष्ठ मानव जातिको यहभी एक अभिमान है कि अतिथिोंको अविशेष अधिक गरिष्ठ भोजनकी अत्यधिक मात्रा सेवन करायी जाती है। वह अभागा आपत्तिका मारा, यदि कुछ समझदार है, बहुतेरा खानेसे मुख मोड़ता है, किन्तु उसके भाग्यने ऐसा धक्का दिया है, कि हमको विना अधिक भोजन कराये शान्तिही नहीं होती, चाहे रात्रिमेही विशूचिका भगवान्‌के दर्शन हो, और डाक्टरका द्वार खट-खटाना पड़े।

आगे इससेभी अधिक हमारी मूर्खता यह है, यदि किसी रोगीको क्षुधाका ज्ञान शिथिल हो जाता है, तो हमारा यही उपदेश होता है—यदि तुम भर-पेट न खाओगे तो किसके सहारे रहोगे ? हमारे डाक्टर कभी यह नहीं सोचते—उनका रोगी भोजनके नामसे क्यों घबराता है ? या यों कहना चाहिये—वह यह जानतेही नहीं कि क्षुधाकी अनुपस्थितिमें भोजनसे क्या आपत्ति होती है ? अन्यथा वह विना भूखके भोजन करनेकी सम्मति न देते !

ग्रीष्म ऋतुमे न्यूनाति न्यून अनावश्यक और क्षुधासे अधिक भोजनकी मात्रा भी विषका काम देती है। क्योंकि उस ऋतुके तापसे आमाशयमें भोज्य पदार्थोंके परमाणुओंकी त्वचाका विच्छेद होजानेसे और भोजनकी अधिक मात्राके हेतु उसके

पाचनमे विलम्बके कारण, वायुकी सहायता द्वारा उसका पाचन होनेकी अपेक्षा सड़न उत्पन्न हो जाती है, जिससे खट्टी डकारें या अपवित्र गैस मुख और गुदा द्वारा आया करते हैं । परन्तु डा० कोहनीने यहाभी कुछ अपूर्व कल्पनासेही काम लिया है । वह ग्रीष्मकी अपेक्षा शरद ऋतुमेही कम भोजन करनेकी बात कहते हैं ।

हमारे देशमे यहाभी कुछ कुप्रथाही है, कि इधर प्रसूता बालक नहीं जनने पाती उधर उसके लिए घृत, गोंद आदि द्वारा बने हुए गरिष्ठ पदार्थ उपस्थित रहते हैं; और इसपरभी आनन्द यह है—उसको बहुतसा खानेको बाध्य किया जाता है । क्या कोई विचार-शील यह कहेगा—वह प्रसूता ऐसे गरिष्ठ पदार्थोंका पाचन करके बल और शिशु निमित्त दूध प्राप्त कर सकती है ? कौनसा विज्ञान यह सिद्ध करनेमें समर्थ होगा—घृत शीघ्र पाचनमें आकर रसोंकी वृद्धि कर सकता है ? और यदि घृत शीघ्र पाचनमें नहीं आसकता, और उसके द्वारा रसोंकी वृद्धि नहीं होसकती, तो प्रसूताको ऐसे गरिष्ठ पदार्थ देना कौनसी बुद्धिमत्ता है ? आज दिन हमारी स्त्रियोंका निर्बल और उनके स्तनोंमें दूधकी न्यूनता और दोपोंसे बालकोका प्राणान्त या बलहीन और रोग पीड़ित होना बहुत करके हमारी मूर्खता द्वारा प्रसूताओको गरिष्ठ पदार्थ देनेपरभी अवलम्बित है ।

इसके अतिरिक्त हमको भोजनकी मात्राका ज्ञान हो यह जाननेकीभी आवश्यकता है—हमको कहा और किस प्रकार अपने भोजनको सेवन करना चाहिये ? इसके लिए सर्वोचित तो यही है, कि प्रकृतिके साथ विहार करते हुए शीतल (सह्य), हरे-भरे, प्रसन्नता एवं चैतन्यता देनेवाले स्थानोंमें निर्दोष, अनुत्तेजक, रसीले फलोंको स्वयं वृक्षोंसे प्राप्त करनेका परिश्रम करके सेवन करें । किन्तु ऐसा करना प्रथम तो प्रचलित सभ्यताकेही विरुद्ध है, द्वितीय हमारेही कुकर्मों द्वारा वन-वृक्षोंपर कुल्हाड़ा बजनेसे यथेष्ट फल उपलब्धभी नहीं हैं । अतः बड़ी स्वच्छता, स्वाधीनता और सावधानीके साथ नम्र, या ढीले और हलके वस्त्र धारणकर ऐसे पवित्र स्थानमे भोजन करना चाहिये, जो धुएँ, सीलन (अपवित्र तरी), गर्द, कूड़े और दुर्गन्धादिसे मुक्त और सुरक्षित हो, और जहा प्रकाश एवं स्वच्छ वायुका यथेष्ट प्रभाव हो । इसके अतिरिक्त सबसे अधिक ध्यान देने योग्य यह बात है कि भोजनालयमें अवश्य थोड़े-बहुत फूलों आदिके वृक्ष हमें प्रसन्न और चैतन्य करनेके निमित्त होने चाहियें ।

भोजनके विषयमें इस बातपरभी ध्यान देना आवश्यक है—भोजनके समय बात-चीत करना या हँसना कभी, कभी बड़ी भयङ्कर आपत्तियोंका कारण होता है। क्योंकि ऐसा करनेसे प्रायः भोजन भोजन-नालीकी अपेक्षा वायु-नालीमें चला जाता है, जिससे तीव्र खासी उठने लगती है, और जवतक भोज्य पदार्थ वायु-नालीसे न निकल जायें मनुष्य विकल रहता है। इसीसे बहुधा बालक माताओंकी मूर्खतासे रुदन करते समय दूध पिलानेके कारण दूधके भोजन-नालीके स्थानमें वायु-नालीमें चले जानेके हेतु मृत्युको प्राप्त होते या भारी कष्ट सहन करते हैं।

यदि हम स्वस्थ रहना चाहते हैं, तो यह विचारनाभी आवश्यक है—हमको अपने प्यारेसे प्यारेकेभी साथ खान-पान न रक्खना चाहिये। क्योंकि ऐसा करनेसे अनेक सकामक और भयङ्कर रोगोंका भय रहता है। किन्तु हमारे देशमें यवनादि जातियोंके अतिरिक्त आर्य जातिके द्विज वर्णोंमेंभी हुक्के सरीखे स्वास्थ्य-नाशक साधनकी प्रथा पड़नेसे प्रायः सभीके नेत्रोंसे पट्टियां बंध गयी हैं। क्योंकि जोभी हमारे घर आता है वही अपना मुंह फूँकनेके लिए उसी एक हुक्केकी नलीमें मुंह मारता है। उत्तम तो यह है कि अपने भोजन करनेके पात्रभी अन्य व्यक्तियों न दिये जाय।

अपरन्त यहभी आवश्यक है कि भोजनके उपरान्त जवतक भोजन पाचनमें न आजावे प्राकृतिक व्यायाम अर्थात् धीरे, धीरे विचरने या अङ्गुष्ठियां लेनेके अतिरिक्त दौड़ना या किसी प्रकार अधिक परिश्रम करना, हँसना, गाना और चिल्लाना न चाहिये, क्योंकि ऐसा करनेसे श्वासकी तीव्र गति हो जानेसे आमाशय और अन्त्रादि-पर ऐसा भार पड़ता है कि भोजन पाचनमें आनेसे पूर्वही वमन, विरेचन द्वारा बाहर आनेको बाध्य होता है। उन ग्रामीण मनुष्योंको इस बातका यथेष्ट अनुभव प्राप्त हो सकता है, जो गाड़ीमें जुते हुए बैलोंको बलात् उनकी शक्तिसे अधिक दौड़ाते हैं। क्योंकि देखा गया है कि इस प्रकार बैलोंको दौड़ानेसे उनके मुँहमें झाग आ जाते हैं, और गुदा द्वारसे द्रव-रूपमें मल प्रवाहित हो जाता है।

नियम विरुद्ध भोजनकी अधिक मात्राके एक ग्राससेभी दूषित विकारोंके होने-पर शरीरके जीवन-कर्मोंके नष्ट होनेसे और उनका विषैले अमल और गैसोंमें रूपान्तर होजानेपर उसी तीक्ष्णतासे मांस और घृतादि सरीखे गरिष्ठ पदार्थ भी पाचनमें आकर शरीरको फुलाना और मोटा करना आरम्भ कर देते हैं। परन्तु इस प्रकारका फूलना उन्हीं खर्वूजोंके सदृश है, जो अधिक मल, मूत्रादिके खावसे

फूलकर बड़े हो जाते हैं, किन्तु वास्तविक जीवनकी न्यूनताके कारण विना कृत्रिम खाद्य द्वारा उत्पादित खर्वूजोंसे फीके एवं अस्वादिष्ट होते हैं । अतः हमको अपने भोजन भले प्रकार चबाकर उदरस्थ करने चाहियें, जिससे जिह्वा द्वारा भोजनकी उतनीही मात्रा आमाशयमें प्रवेश की जावे जितनी हमारी पाचन शक्तियोंकी प्रकृतिके अनुकूल है ।

वस्तुतः मनुष्यके पीनेके निमित्त प्रकृतिने दात निकलनेके उपरान्त कोई पदार्थ नहीं बनाया है। इसीसे फलोंमें जो रस हैं उनके अतिरिक्त प्रत्यक्ष तरल पदार्थोंके सेवनार्थ, उनके द्वारा हानि पहुंचनेके भयसे, हमारे वैज्ञानिकोंने कृत्रिम साधनोका आविष्कार किया है, और फिल्टर्ड वाटर (छना और पका हुआ जल), डिस्टिल्ड वाटर (वाष्प द्वारा बनाया हुआ जल), सोडा वाटर, लेमनेड, वियर (यवकी मदिरा) एवं सॉफ़, गुलाब, केवड़ेके अर्क आदि सरीखे अनेक प्रकारके जल बनाये हैं। परन्तु वह सभी अपनी उत्तेजना या कृत्रिम साधनो द्वारा मसालोंसं मिश्रित या अग्निसे रन्वित भोजनोंके सदृश ही तीक्ष्ण और जीवनहीन हो जाते हैं। अतः उपरोक्त सर्व प्रकारके जलोंकी अपेक्षा फलोंके दूषित जीवोंसे रहित रसोंको चूसकर ही अपने शरीरके तरल पदार्थोंकी कमीकी पूर्ति करनी चाहिये; और ऐसे शुष्क, तीक्ष्ण और कुपाच्य पदार्थोंका सेवन न करना चाहिये जो हमारे रसोंको तर करनेकी अपेक्षा उनको सोककर या उनके स्राव द्वारा या अपनी ऊष्णतासे जलके शुष्क कर दें। परन्तु आज दिन हमारे रसीले भोजनोंका अभाव होनेसे शरीरके रसोंका व्यय होनेके कारण प्यासका ज्ञान होना परमावश्यक है। अतएव उस कमीको पूरा करनेका साधन हमको प्रकृति द्वारा मिला हुआ स्वच्छ जल ही पर्याप्त है। इसमें कोई सन्देह नहीं कि जल दूषित जीवों और स्थूल पदार्थोंके कारण अव्यय हमारे शरीरपर कुछ अपकार करता है, किन्तु हमारे अग्नि और मसालों द्वारा बनाये हुए इन्दिन जलकी अपेक्षा वह हमारे शरीरको कम हानि और अनेक फायदा करता है। परन्तु इसपर भी निर्बल रोगियों या स्त्रियों के लिये जल ही स्वच्छ जल ही है। उससे यथा शक्ति वचना चाहिये : जल ही स्वच्छ जल ही है, न कि जल ही कारण फलोंके रसोंकी अनेक हानि करे। यदि जल ही कारण फलोंके रसोंकी अनेक हानि करे, तो जल ही कारण फलोंके रसोंकी अनेक हानि करे। यथेष्ट मात्रा प्राप्त नहीं होती; और जल ही कारण फलोंके रसोंकी अनेक हानि करे। आमाशय अधिक विकृत हो जाता है। जल ही कारण फलोंके रसोंकी अनेक हानि करे।

लगाकर धीरे, धीरे करना चाहिये, और उसीके सदृश दूध आदिका पान करना उचित है ।

आमाशय या अन्त्रादिसे पीडित अजीर्णके रोगियोंको भोजनके विषयमें विशेष ध्यान रखना चाहिये । यदि उनकी पाचन शक्तिया सर्वथा उत्तर दे बैठी हैं, किन्तु जीवनकी लता पुनः नवजीवन प्राप्त करने योग्य है तो उनको चाहिये कि केवल अपनी प्रकृतिके अनुकूल फलोंको चसकर और उनका फोड़ धूकके उनके रसोंपर निर्वाह करें; और धीरे, धीरे आमाशयादिके स्वस्थ होनेपर रसोंकी अपेक्षा क्रमशः थोड़ा, थोड़ा फलोंका गुदा सेवन करें ।

अपवित्र या रोगी मनुष्यके हाथोंका भोजन, चाहे वह कैसाही प्रिय हो न करना चाहिये ।

क्षुधाके समय आवश्यकसे आवश्यक कार्य होनेपरभी उसे त्यागकर भोजनके समयको न टालना चाहिये, क्योंकि भोजनपरही हमारा जीवन निर्धारित है । इसीसे किसीने कहा है— 'अव्यलहु त्वाम वादहु कलाम,' अर्थात् पहिले भोजन और पीछे बात । अतः भोजन नहीं है तो ससारमें कुछभी नहीं है । यह समस्त झगड़े भोजनके पीछेही हैं ।

## हमारे निवास स्थान

हम अपनी शरीरकी रचनासे स्वयं यह परिणाम निकाल सकते हैं—न हमको बहुत गर्म देशोंमें रहना चाहिये और न बहुत ठण्डे स्थानोंमें । क्योंकि प्रथम तो मनुष्यकी त्वचा अपनी कोमलतासेही अनुचित तापके किसी कष्टको सहन करने योग्य नहीं, द्वितीय हमारी त्वचापर अन्य जीवोंके समान दुर्तापवाहक घने बाल या उसके नीचे अधिक चर्बीके कोष न होनेसे हम गर्मी, सर्दी सहन करनेको असमर्थ हैं । क्योंकि देखनेमें आया है कि जो जीव शरद देशोंमें जन्म लेते हैं, दयालु प्रकृति उन्हें वहाके शीतसे सुरक्षित रखनेके निमित्त घनी और लम्बी ऊन या अन्य कोई साधन प्रदान करती है, और ऊष्ण देशोंके जीवोंको वहाका ताप सहन करनेके हेतु छोटे, छोटे दुर्तापवाहक लोम तथा उसीके अनुकूल चर्बामय चामादि देती है ।



इसीसे हिमके स्थानोमें रहनेवाले कुत्तो और बकरोँके बहुतही घनी और लम्बी ऊन होती है, जब कि ऊष्ण तापके देशोंके कुत्तों और बकरोँके बहुतही छोटे और गर्मीके तापसे रक्षा करने एवं श्वेद न लानेवाले बाल होते हैं । निदान् जिस देशकी सर्दी, गर्मी जिस जातिके मनुष्योंकी त्वचा विना अभ्यस्त हुए सहन नहीं कर सकती—प्रकृति वहां रहनेकी आज्ञा नहीं देती ।

“ प्रकृतिका उपदेश ” शीर्षक लेखका सारांश लेनेसे पहिलेही सिद्ध हो चुका है—मनुष्य मात्रके खाद्य पदार्थ केवल वही वानस्पतिक पदार्थ हैं, जिनके सेवन करनेकी हमारी ज्ञानेन्द्रिया आज्ञा देती हैं । निदान् जो देश ऐसे खाद्य पदार्थोंसे शून्य हैं, कदापि हमारे रहने योग्य नहीं ।

वह पत्थरीले देश जहां चलनेसे पगोके छिलने और उनमे बिवाइयां फटनेकी सम्भावना हो—प्रकृति नियम विरुद्ध वहांका निवास नहीं बताती । कारण यह कि वह देश या स्थान केवल उन्हीं जीवोंके निमित्त हैं, जिनके पैरोंके खुर या त्वचा ऐसी कठोर और गद्दीदार है जो पत्थरोंका घर्षण सहन हो सके ।

वह रेतीले देश जहां, विना अभ्यासके, थोड़ाभी चलनेसे पैरोंकी गद्दिया पीड़ा या दुःख प्रगट करती हैं—मनुष्यकी प्रकृतिके प्रतिकूल हैं । क्योंकि ऐसे देश केवल उन्हीं जीवोंके लिए हैं, जिनके खुर या पैरोंकी गद्दिया ऊंट या बैल आदिके सदृश बाल्लके स्थानोंमें चलनेके अर्थसे रची गयी हैं ।

वह देश जहा तेरह, चौदह घण्टेसे अधिक बड़े दिन, रात होते हैं—वहाका रहना प्राकृतिक सिद्धान्तके विपरीत है । कारण यह कि हमारा शयन करना और निद्रासे जागरित होना तथा अन्य कार्यक्रम दिन, रातपरही अवलम्बित है ।

वह देश या स्थान जहांकी भूमि दलदल और सीलन युक्त होनेसे पैरोंकी त्वचा चिपकनेके कारण हमको गिलगिली या फुरेरी आकर किसी प्रकार घृणा होती है—नितान्त वहा निवास करना प्रकृतिका उल्लघन करना है ।

वह देश या स्थान जहा भुंगे, मच्छर, पिस्सू, बिच्छू एवं सर्पादि या अन्य किसी प्रकार दुःख देने एवं रोगोंकी उत्पत्ति करनेवाले जीव-जन्तु हो—कदापि प्रकृति वहां रहनेकी आज्ञा नहीं देती । क्योंकि मनुष्यको दुःख देनेवाले जीव-जन्तु प्रायः वहीं पाये जाते हैं, जहां जल, वायु और भूमि मनुष्यकी प्रकृतिके विपरीत होती है । इसीसे अधिक मच्छरोंका वही ज्ञान होता है, जहा सीलन होनेसे मैलेरियाल

अपवित्र जल, वायु होती है, विच्छू वही होते हैं, जहा लीद और गोबर आदि सरीखे दूषित पदार्थोंकी सडन होती है, और सिंह, भालू आदिभी ऐसेही स्थानोंमें पाये जाते हैं, जहा हमारी प्रकृतिके विपरीत साधन होते हैं ।

वह स्थान जहा कटकमय झाड़िया आदि इतनी अधिक हों कि चलनेमें कष्ट हो—वहाभी प्रकृतिसे उपदेश लेकर न जाना चाहिये ।

सबसे आवश्यक और ध्यान देने योग्य बात यह है—कमसे कम ऐसे ठण्डे या गर्म देशोंमें न रहना चाहिये, जहांकी शीतलता तथा ऊष्णता सह्य न हो; और इससे भी अधिक इस बातको स्मरण रखना चाहिये, कि जिन देशोंमें तरी या दल-दल हां, या पृथ्वीसे क्षार अधिक निकलते हों, अर्थात् जिस स्थानकी वायु अधिक जलयुक्त होनेसे पदार्थोंको सड़ाकर अपवित्रताका सञ्चार करके मैलेरिया ( जूड़ीका ज्वर ) आदि रोगोंका हेतु हो, या जहा जल क्षारयुक्त हो और उसपर तैलके समान दूषित पदार्थ तैरते हों—भूलकरभी न रहना चाहिये । आर्य जातिको ऊष्ण देशोंकी अपेक्षा शरद देशोंका निवास कम हानिप्रद है । क्योंकि आर्य जातिके शिरके कंश अफरीका निवासियोंकी अपेक्षा बहुत बड़े होते हैं ।

इसके उपरान्त शरीरके निवासार्थ रक्षक स्थानो अर्थात् प्रचलित प्रथाके घरोके विषयमें लेखनी उठाना दुधारी खडगपर चलना है । इसीसे यदि हम स्पष्ट रूपमें यह कहें—प्रकृतिने हमको ऐसे घरोंमें रहना नहीं बताया, जिनकी अनेकानेक कृत्रिम तथा स्वास्थ्य नाशक रीतियोंसे मनुष्यने रचना की है—तो चहु ओरसे बिना सोचे, समझेही सभ्य समाज एव वर्षाकृतुमें गुवरीले कीटोंके सदृश उपजे हुए आज-कलके पत्र सम्पादक हमें भर-पेट गालिया देते हुए यही कहेंगे—

शिक्षा ' कर्नल ' दीजिये, धरे जो चित्तमें वाय,  
बया जो बानर हेत कहे, निश्चय घरे तुड़ाय ।

इसके अतिरिक्त हम यहभी जानते हैं, कि वह मनुष्य, जो अपनेको सभ्य समझते हैं, अवश्य इस प्रकारके अनर्थक प्रश्न उठाते हुए आलोचना करेंगे—

१ । मनुष्य जो अपनी बुद्धिके हेतु सब जातियोंमें श्रेष्ठ है, और जिस बुद्धिके बलसे बड़े, बड़े सुन्दर सुसज्जित भवन ( महल ) एवं दुर्गादिकी रचना कर सकता है, तो यह कौनसी सभ्यता है कि वह अपनी बुद्धिपर पानी फेरकर अपनेको प्रकृतिके आधीन करदे ?

२। बया जो एक छोटासा पक्षी है—अपनी बुद्धिके अनुसार कैसी सुन्दर, दुर्ता-पवाहक एवं वर्षासे सुरक्षित रखनेवाली, और दिन तथा रात्रिमें विश्राम और झूलने आदिकी क्रीड़ा एवं शयन करनेकी पृथक्, पृथक् तोंद (घोंसला) बनाता है—तो क्या मनुष्य वयसेभी गया बीता है, जो अपनी बुद्धिकी कुशलताका परिचय न दे ?

उपरोक्त प्रश्नोका उत्तर इस प्रकार है:—

वस्तुतः मनुष्यकी बुद्धि सर्व श्रेष्ठ है, यदि प्राकृतिक चक्रसे बाहर न हो। हम गृहादि रक्षा करनेवाले स्थानोंको प्रकृतिके विपरीत नहीं कहते। क्योंकि सृष्टिमें जितनेभी जीव हैं, वह अपनी, अपनी प्रकृतिके अनुकूल सुरक्षित स्थानोंकी खोजमें रहते हैं। परन्तु क्या हमको कोई वैज्ञानिक यह बतानेको प्रस्तुत है—बड़े, बड़े सुन्दर भवननादि, जिनकी रचनाके उपरान्त उनमें प्रवेश करनेके निमित्त सूर्य भगवान्की किरणोंको मार्गभी नहीं मिलता, शुद्ध और पवित्र रह सकते हैं ? क्या मनुष्य जो अपनी बुद्धिपर फूला नहीं समाता, अभीतक सूर्यके प्रकाशके गुणोंसेभी अनभिज्ञ है ? कोई डाक्टर यह कहनेका साहस नहीं कर सकता, कि प्रकाश विहीन स्थान, किसी प्रकार मनुष्यके निवास करने योग्य हैं—फिर वह घर या चिकित्सालय, जिसमें कभी प्रकाश नहीं पहुंचता, और यदि पहुंचताभी है तो केवल कुछ साधारण द्वारा-दिके मार्गोंसे, जो ठीक वैसही ह, जसे ऊटकी डाढ़को जीरा या अग्नि सदृश ऊष्ण तवेपर जलका बिन्दु—क्या कभी स्वास्थ्यप्रद हो सकता है ?

नहीं, कदापि नहीं। प्रकाश पहुंचानेवाली खिडकियां या रौशन-दान कभी-कभी प्रकाश पहुंचाकर घरो या चिकित्सालयोंको दूषित विकारोंसे वञ्चित नहीं कर सकते। इसके अतिरिक्त फिनाइल, चूनेकी क्लैड आदिसे घरोंके विषले जीवोंका नाश करनेपरभी वह शुद्ध नहीं किये जासकते। क्योंकि उनकी उत्पात्तिका कारण प्रकाशकी हीनता फिरभी उपस्थित रहेगा, और नाशित जीवोंके मृत शरीरोंसेभी वायुके संसर्ग द्वारा उनके सड़नेपर अन्य विषैले जीवोंकी उत्पत्ति कमशः बनी रहेगी। अतः विना प्रकाशके फिनाइलका छिड़कना और चूने या गोबरसे लिपायी, पुतायी करना निवास स्थानोंको, उनकी तीक्ष्ण गन्धों द्वारा पहिले दोषोंको छिपाकर एवं नवीन विकारोंको उत्पन्न करके, औरभी दूषित करना है अतएव लिपायी, पुतायीभी केवल उन्हीं

पदार्थोंसे होनी चाहिये, जो स्वयं विषैले, तीक्ष्ण या गोवर और लीद सरीखे दुर्गन्धयुक्त, और विषैले जीवोंकी उत्पत्ति करनेवाले न हों ।

हमारे मतसे निवास स्थानोंको विकार रहित करनेमें सर्वोत्तम प्रकाश है, तब उपरान्त क्रमसे वायु और जल हैं । अतः जहां वायु एवं जल यथेष्ट रूपसे पहुंच सकते हैं, किन्तु सूर्य देवकी किरणोंको मार्ग नहीं मिलता, उस स्थानके यथेष्ट दोषोंका वायु या जल कोईभी नाश नहीं कर सकता; फिर यदि हम उन सुन्दर, सुन्दर कृत्रिम भवनोंको, जो नितान्त प्रकाशार्थ भटकते हैं, मनुष्यके घातकके नामसे सम्बोधन करें तो क्या अनुचित है ?

वायु और प्रकाश दोनोंही पृथ्वीके दोषोंको पृथक् करनेवाली वस्तुएं हैं, क्योंकि वायुके सञ्चार द्वारा अशुद्ध परमाणु अन्य स्थानोंमें चले जाते हैं, तथा उनको वायु मण्डलके विस्तृत क्षेत्रमें विस्तार पानेसे वह सूक्ष्मातिसूक्ष्म अवस्थाको प्राप्त होनेके कारण हमारे शरीरपर अधिक अपकार नहीं कर सक्ते । इसके अतिरिक्त अशुद्ध वायुके स्थानमें शुद्ध वायुका प्रवेश होता रहता है, जिससे वह स्थान जहां यथेष्ट वायुका सञ्चार रहता है, रोगोंकी जन्मभूमि नहीं होता, और प्रकाश हमारे घरोके अन्य दोषोंके साथ, साथ जलकी तरी द्वारा रासायनिक पदार्थोंसे उत्पादित दोषोंकाभी शुद्ध पदार्थमें रूपान्तर करता है । इसीसे सूत्र सरीखे पदार्थोंकोभी सूर्य भगवान् जलमें परिवर्तित कर देते हैं । अतः प्रकाश वायु और जलादिकोभी शुद्ध करनेके निमित्त सर्वोच्च है ।

हा ! हमपर टेढ़ी आलोचना करनेवाले बड़ेकी कुशलता और चतुरताकी उपमा देते हैं; परन्तु यह कभी ध्यान नहीं देते—उसकी तोंद ( घोंसला ) कैसी प्रवेशनीय और दुर्तापवाहक होती है, जिससे प्रवेशनीय होनेके कारण सूर्यके उचित ताप और यथेष्ट प्रकाश एवं आवश्यक वायु सञ्चारमें कोई बाधा नहीं पड़ती, और दुर्तापवाहक पदार्थों द्वारा रचना किये जानेसे सर्दी, गर्मीभी कष्ट नहीं देती । इसके अतिरिक्त वर्षासेभी पूर्ण बचाव रहता है, और पृथ्वीसे अन्तर रहनेके हेतु उसमें स्वास्थ्य नाशक जीवोंकीभी उत्पत्ति नहीं होती । किन्तु हमारे तीन, तीन, चार, चार प्रत्युत इससेभी कहीं अधिक खण्डके सुतापवाहक पदार्थों द्वारा रचित एवं अनप्रवेशनीय कौनसे ऐसे घर हैं, जो वायु और प्रकाशको यथेष्ट मार्ग देते हों, और उस तृणके तुच्छ घोंसलेके समान सर्दी, गर्मीसे हमारी रक्षा करसके वरन् कोई एक खण्ड वाला घर

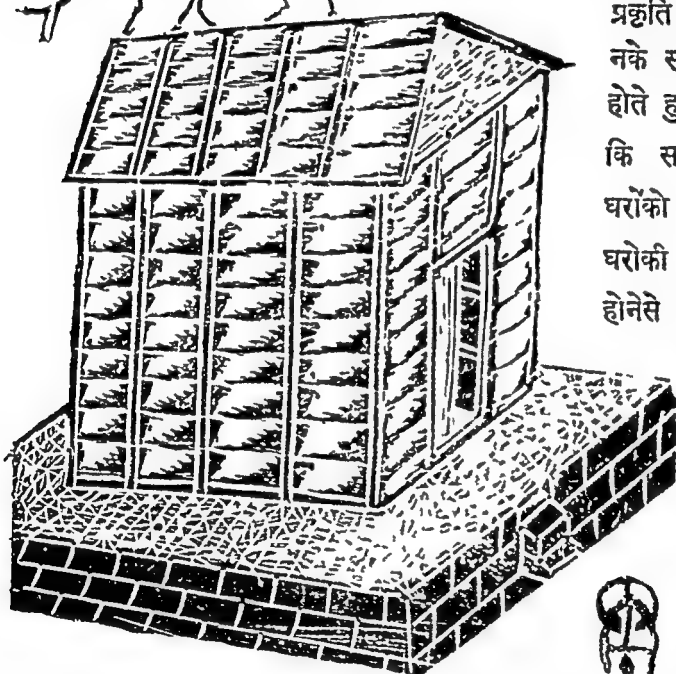
भी जो बड़े, बड़े महत्वपूर्ण इञ्जीनियर्स और डाक्टर्सकी सम्मतिसे सुतापवाहक पदार्थों द्वारा बनाया गया हो ऐसा न मिलेगा, जो बयेकी तोंदके सदृश उसपर वायु और सूर्य स्वतन्त्रतासे अपना प्रभाव डालकर हमें लाभ पहुंचा सकें। अपरन्तु कौन यह कह सकता है कि यह छोटी चिड़िया कभीभी आगामी वर्ष उस तोंदमें रहेगी ? जब कि प्रति वर्ष उसकी नूतन तोंदोंकी रचना हुआ करती है। परन्तु मनुष्य देवता प्रति वर्ष नवीन गृह बनाकर तो क्या रहेंगे ? वहां तो दादा ले पोता बर्तें इसपरभी विश्राम नहीं ! प्रत्युत पीड़ियो उसी नरक समान अपवित्र घरमें रहनेकी अभिलाषा है ! और फिरभी यह स्वयं घातक मानव जाति अपनेको सभ्य और पवित्र कहनेका साहस करती है ! ! !

नूतन प्रणालीके ऊंची छतोंवाले घर आदि, जिनमे पाश्चात्य वैज्ञानिकोंने अनेकानेक खिड़कियों द्वारा वायु सञ्चारादिका बहुत कुछ प्रबन्ध रक्खा है, वहाभी प्रकाशका रोनाही है ! क्योंकि जिस प्रकार अग्निरूप दहकते हुए लोहेका छोटासा कण हिम समान पत्थरकी शीतल चटानपर रखनेसे उसको ऊष्ण करनेकी अपेक्षा स्वयं अपनेही ऊष्ण तापसे हीन हो जाता है, उसी प्रकार वह थोड़ासा प्रकाश, जो खिड़कियों और रौशन-दानोसे आता है दूषित विकारोंको नष्ट करते समय स्वयंही अपने तापमय प्रभावको व्यर्थ नष्ट करता है।

यह कौन नहीं जानता कि एक बड़ेसे बड़े कमरेमे तनिकभी तीक्ष्ण गन्ध वाले पदार्थों द्वारा सारा कमरा दुर्गन्धसे परिपूर्ण हो जाता है ? फिर कैसे सम्भव है कि वह विकार जो पृथ्वी या मनुष्यके श्वासादि द्वारा उत्पन्न होते हैं, कमरेकी वायुको दूषित न करते होंगे ?

हमें शोक है कि विदेशी स्वार्थमय राज्यने कोई ऐसा उचित स्वास्थ्य सम्बन्धी विभाग नहीं रक्खा है, जो सरकारी या जनताके कार्यालयों, स्कूलों और रेल गाड़ियों आदिकी ओर, जिनमें मनुष्योंकी अधिक संख्या और संक्रामक रोगियोंके दूषित कीटाणुओंसे नित्य वायु आदि इतनी विकृत हो जाती है, कि उनमे जानेवाला कोई स्वस्थ नहीं रह सकता, तनिकभी ध्यान दे। वहां तो केवल आडम्बरों और तीसवें दिन अपना खरा वेतन लेलेनेसे प्रयोजन है। और इससेभी अधिक उनकी यह उपेक्षा है कि वायुको अत्यधिक विषैला करनेके निमित्त मोटर या ऐंजिनोंको नगरियोंमें चलाने, हलवाईयो आदिको धुएं करन आर बूचरों आदिको मांसादिकी दूकानें

उपरान्त मिट्टी आदिकी अपेक्षा दुर्तापवाहक काष्ठका घर जिसकी छत और भीत ऐसी झिलमिलीकी वनी हो, जो जव इच्छा हो डोरियोके खींचनेसे खुलकर यथेष्ट वायु और प्रकाशको मार्ग देसके, और जव चाहें तब वर्षा तथा आर्धरक्षार्थ बन्द कर सके । तलपरभी काष्ठ या कोई दुर्तापवाहक पदार्थ बिछा होना आवश्यक है, जिससे हमारे शरीरतक पृथ्वीके विकार न पहुंचे । हमें



प्रकृति द्वारा मनुष्यके पतनके साधन नयन गोचर होते हुए आशा नहीं होती कि सभ्य समाज काष्ठके घरोंको पत्थर आदिके घरोंकी नाई चिरस्थायी न होनेसे अपनावेगी । अतः

हमारा उपदेश है कि यथा शक्ति ऊंचे, खुले हुए और चिकने प्लास्टर या चीनीके टाइल्स द्वारा पेवमेन्ट हुए हुए घर होने चाहियें



और उनकी भीतमें आले या अल्मारिया न हो, जिससे रोगोके कीटाणुओंकी उत्पत्तिके साधन हो, और प्रति मास एकबार दहकते हुए कोयलोसे भले प्रकार तप्त करके विपैले कीटाणुओंका नाश करते रहना चाहिये ।

हमको कहां निवास करना चाहिये ? यह विषय बहुतही गम्भीर है । अतः न्यूनातिन्यून रोगियोंको इसपर बहुत ध्यान देना चाहिये । क्योंकि निवास

स्थानोंका भोजनसेभी अधिक प्रभाव पड़ता है । इसीसे यूरोपीय मनुष्य भारतीय मनुष्योंकी अपेक्षा अत्यधिक दूषित पदार्थोंका भक्षण करतेहुएभी वैज्ञानिकोंके उपदेशानुसार स्वच्छ वस्त्र धारण करने और पवित्र स्थानोंमें निवास करनेसे हमसे कहीं अधिक बलवान्, स्वस्थ और चैतन्य मस्तिष्क वाले हैं । इसके अतिरिक्त वह हमारी अपेक्षा दीर्घायुभी होते हैं ।

## शयन सम्बन्धी बातें



**र**वि देवका अस्त और उदय होनाही हमारे सोने और जागनेके समयको बतानेवाला एक प्राकृतिक संकेत है; परन्तु जिन देशोंमें दिन और रात्रिके समयका परिमाण एक दूसरेसे अत्यधिक होता है वहां हमारी प्रकृतिके विपरीत समयका अन्तर होनेसे रात्रिकी निद्राको पूरा करनेके निमित्त दिनमें शयन करने और दिनके काम-काजकी पूर्ति करनेके हेतु रात्रिमें जागनेको बाध्य होना पड़ता है, और मनुष्यका स्वास्थ्य उचित दशामें नहीं रहता । परन्तु जिन देशोंमें दिन और रात्रि समान समयके होते हैं, वहां मनुष्यके सूर्यास्त कालपर सोने और सूर्योदयके समय उठनेकाही यह परिणाम होता है कि हमारा दिनभरके कार्योंसे थकित शरीर रात्रिके विश्राम द्वारा नवजीवित और चतन्य होनेसे, यदि हम रोगी नहीं हैं, तो प्रफुल्लित वदन उठते हैं; और रात्रिको कुसमय शयन करनेसे थकित शरीरको और थकानेके कारण निस्सन्देह प्रसन्नताकी अपेक्षा उदासीनताके साथ अङ्गड़ाइयां लेते हुए बहुत दिन चढ़े उठते हैं, और इसपरभी शरीरमें हड़फूटन और नेत्रोंमें दाह प्रतीत होती है । अपरञ्च यहभी अनुभवमें आया है कि प्रकृतिके विपरीत दिनमें शयन करने और रात्रिमें जागनेवालोंको रात्रिमें शयन करनेवालोंकी अपेक्षा अत्यधिक आलस्य और अनेक प्रकारके रोग होते हैं । इसके अतिरिक्त हमारे नेत्रभी इस बातके साक्षी हैं कि वह रात्रिमें विना कृत्रिम प्रकाश (दीपकादि) के, जो प्रकृतिके साथ एक धींगा-धींगी है, तिमिर वश कुछ काम नहीं कर सकते, जब कि उल्लू और चिमगादर सरीखे जीवोंके नेत्र जो दिनमें देखनेको असमर्थ हैं, अन्धेरीसे अन्धेरी रात्रिमें सुगमता पूर्वक अपने कार्योंको कर सकते हैं । अतः हमारे नेत्रोंकी प्रकृति रात्रिमें

शयन करना चाहती है, और उल्लू आदिके नेत्रोंका नैसर्गिक धर्म दिनमें शयन करनेका है ।

शयन करनेके स्थान गमा, सर्दी और सीलनसे रक्षा करनेके हेतु दुर्तापवाहक पदार्थों द्वारा रचित और वायु एवं सूर्यके तापको यथेष्ट प्रभाव करनेके हेतु प्रवेशनीय होने चाहियें ।

रात्रिको विद्युत ( इससे वायु अपवित्र नहीं होती ), और गैस आदिके लेम्पोंद्वारा नेत्रों और वायुको नष्ट न करना चाहिये । यद्यपि विद्युतके प्रकाशसे गैस या अन्य तैलादिके सदृश ओषजनके न जलनेके कारण वायु दूषित नहीं होती, तथापि प्रकाशकी तीक्ष्णता नेत्रोंमें घाव करके उनको विना हानि पहुंचाये नहीं रहती । आज दिन विज्ञानकी उन्नतिसे ऐसे तीक्ष्ण प्रकाशोका आविष्कार हो चुका है, जिनके द्वारा पृथ्वीके भीतरके पदार्थभी बाह्यरसे प्रतीत हो सकते हैं, फिर रात्रिको प्रकाशसे दिन बनाना तो एक साधारण बात है । परन्तु यह सभी अलौकिकता हमारे पतन का सकते हैं । यदि हमारी सभ्यता उल्लूके समान रात्रिमें कार्य करनेको बाध्य करती है तो हमारे अनुमानसे अन्य प्रकाशोकी अपेक्षा मोमवत्तीका प्रकाश उत्तम है; किन्तु उसकोभी शिरके पीछे रखना चाहिये, जिससे नेत्रोंको अधिक कष्ट न हो ।

हमारे नीचे विछानेके निमित्त प्राकृतिक वाटिकामें केवल घास, फूस या रूई आदिही सर्वोत्तम पदार्थ हैं, किन्तु सभ्यताकी नानी और मितव्ययिताकी शत्रु बुद्धिने हमारे ऊपर वह दण्डा फेरा है । कि हमारी समझमें हितकी बात एक नहीं आती, और आनेही क्यों लगी है ? क्यों कि —

है मुकद्दरमेही ' कर्नल ', गर मुसीबत आपके,  
ख्याल उल्टे खोपड़ीके खुदबखुद हो जायंगे ।

परन्तु स्मरण रहे कि भारतका हित इसीमें है कि हम प्रकृतिके साथ, साथ चलें । जैसे अपने देशके खद्दरको अपनाकर हमने सुख पाया है उसी प्रकार फूसके घर और शय्या हमको सुख देगे । फूसके घरों और बिछोनोंको साधारण न समझना चाहिये । यह खद्दरसेभी अधिक महत्त्वके पदार्थ हैं । इनसे हमारे स्वास्थ्य सरीखे अमूल्य पदार्थोंकी अपेक्षा हमारे उन दारिद्र्यतासे पीड़ित भाईयोको, जिन्हें लज्जावश दिखावेके निमित्त अपने शरीर और धनका नाश करके एवं ऋणी होकर, गृहादि बनानेके लिए बाध्य होना पड़ता है, अपार सुख प्राप्त होगा । हमको विदेशी फैश-



नोंके अनुकरणको तिलाजली देकर अपने उन पूर्वज ऋषियोंकी ओर दृष्टि डालनी चाहिये, जिनकी शय्या केवल कुशाके तृणोंकी होती थी। हमारा अनुमान है, इस संकटमय समयसे तभी छुटकारा हो सकता है, जबकि हम अपनी विकसित सभ्यतासे हाथ धो लें। किन्तु यदि हम एकैक ऐसा करनेको प्रस्तुत नहीं हैं तो छीदी बुनी हुई विषैले कीटाणुओंसे शून्य चारपायीका प्रयोग करना चाहिये। परन्तु हमारा फिर कहना है कि जितने आडम्बर होंगे उतनाही दुःख अधिक होगा।

जिन वस्त्रादिको शयनार्थ प्रयोग किया जाय वह अति स्वच्छ और ऋतुओंके अनुसार हमारी रक्षार्थ दुर्तापवाहक हों। हमारे अनुमानसे इस कार्यके लिए ग्रीष्म और वर्षाऋतुमें आवश्यकतानुसार मोटाईका खद्दर और शरदऋतुमें काशमीरी ऊनी पट्टी या कम्बल आदि सर्वोत्तम हैं। परन्तु यह ध्यान रहे कि कोई वस्त्र इतना अन-प्रवेशनीय न हो जो आवश्यकतानुसार वायु सञ्चारमें बाधक हो।

शयन करते समय नासिकाके द्वार न ढके जावें, अन्यथा नासिका एवं गुदा द्वारा त्यागी हुई विषैली वायु पुनः श्वास द्वारा शरीरमें पहुंचकर उसका नाश करेगी।

शयन करनेके स्थानोंमें शयनार्थ वस्तुओंके अतिरिक्त अन्य पदार्थोंका रक्खना शरीरपर अपकार करना है; और इससेभी अधिक हानिप्रद एक स्थानपर कई व्यक्तियोंका शयन करना, और शयनागारमें रात्रिके समय वायु सञ्चारको मार्ग न देना, या किसी प्रकार धुएँ उत्पन्न करना, एवं अग्नि द्वारा ओषजनका नाश करना है।

कठोर पदार्थोंपर विना गुदगुदे पदार्थोंकी सहायताके कभी भूलकरभी शयन न करना चाहिये। क्योंकि इससे शरीरकी अनेक नाड़ियाँ और मांस पेशियाँ शिथिल हो जाती हैं। रोगीके विषयमें उसको विश्राम देनेके हेतु बहुतही सूक्ष्म, कोमल और गुदगुदे पदार्थोंसे काम लेना चाहिये। क्योंकि उस समय उसकी सच्ची मैत्री एक मात्र शय्यासेही होती है।

## ज्ञान

—:~:—

**श**रीरको स्वच्छ और चैतन्य करनेके हेतु वायु और सूर्य-तापके अतिरिक्त त्वचाके अनुकूल अनुत्तेजक जलका स्नानभी एक प्राकृतिक साधन है। अतएव जिस प्रकार भोजन, वायु और प्रकाश हमारे शरीरकी शक्तियाँ व्यय

होनेपर नवजीवन प्रदान करते हैं, उसी प्रकार जीवनमय स्वच्छ जलका स्नानभी, त्वचाको शुद्ध करनेके अतिरिक्त शरीरको नवजीवित करते हुए चैतन्य करता है । परन्तु हमको अपनी प्रकृतिके प्रतिकूल शीतल देशोंमें निवास करनेके निमित्त शीतल और स्वच्छ ( ताजा ) जलसे स्नान करते हुए प्रकृति भय दिलाती है । इसीसे हम कृत्रिम साधनों द्वारा जलही शीतल उत्तेजनाको न्यून करनेके निमित्त अग्निसे ऊष्ण करते हैं । परन्तु इस प्रकार जलको अग्नि द्वारा तप्त करनेसे उसकी जीवन शक्तिया वायु मण्डलमें लय हो जाती हैं, और उसके द्वारा हमारे शरीरका मल दूर न होनेके अतिरिक्त नवजीवन भी प्राप्त नहीं होता । प्रत्युत ऊष्ण जल द्वारा उसके शीघ्रतासे वाष्प भवन होनेकी प्रकृतिसे शीतल जलकी अपेक्षा हमारे शरीरकी ऊष्णताभी अधिकाश उसकी वाष्पके साथ उड़कर वायुमें लय हो जाती है, जिससे हमारी शक्तियोंका कुव्यय होता है । इसके अतिरिक्त शरीरके अधिक शीतल होनेपर उसकी उत्तेजनासे उसमें अनावश्यक प्रतिक्रिया आरम्भ हो जाती है, जिससे अविकाधिक रक्तका व्यय होनेसे हमारी शक्तियोंका इति होता है । किन्तु शीतल देशोंमें दुर्भाग्य वश निवास करनेसे शीतल जलका स्नान सद्य न होनेके कारण जलको ऊष्ण करनेके अतिरिक्त हम अन्य कोई साधनभी नहीं रखते हैं । अतः अति शीतल देशोंमें सद्य ऊष्ण जलसे स्नान करनेके उपरान्त शरीर पोछकर तुरन्त दुर्तापवाहक वस्त्रोंमें लेट जाना चाहिये, जिससे हमारे शरीरपर शीतल वायु आदिका अपकार न हो । क्योंकि ऊष्णताके उपरान्त शीतलता उसी प्रकार हानि पहुँचाती है, जिस प्रकार तिमिरके स्थानसे एकैक प्रकाशमें जानेपर नेत्रोंको देखना बन्द हो जाता है । अपरञ्च ऊष्ण जलके स्नानसे त्वचाकी जीवन शक्तिया, जीवनके प्राप्त होने, वाष्पके साथ हमारे तापके उड़नेसे शक्तिया व्यय होने और तापके प्रभावसे शरीरके झुलसनेके कारण, दिनोदिन न्यून होती जाती हैं, जिससे शरीर वायुके सर्सगसे कष्ट पाता है ।

प्रत्येक व्यक्तिको ऋतु और देशादिके अनुसार प्रतिदिन एक, दो या जितनी बार आवश्यकता हो स्नान करना परमावश्यक है । क्योंकि सृष्टिके अन्य जीव जो केवल ऋतु और देशोके तापके अनुकूल नवजीवन प्राप्त करनेकी आवश्यकताका अनुभव करके स्नान करते हैं, वह मलादिसे स्वच्छ होनेके हेतु एक दूसरेको परस्पर चाटने आदिका भी साधन रखते हैं; परन्तु यह मनुष्यकी प्रकृतिके प्रतिकूल है । अतः प्रकृतिके

विपरीत शीतल देशों और ऋतुओंमें रहते हुएभी त्वचाको विकृत और विषैले पदार्थोंसे स्वच्छ करनेके हेतु नित्य प्रति स्नान करना आवश्यक है ।

हम यदि अपनी प्रकृतिके अनुकूल ऋतुओं और देशोंमें निवास करते हैं तो नितान्त हमको सुन्दर, निर्मल, क्षार एवं धातुओं आदिसे रहित उस श्रेणीके शीतल प्रवाहित जलमें डुबकी लगाकर स्नान करना चाहिये, जो हमारी त्वचाको असह्य न हो । कारण यह कि त्वचा द्वारा उसकी ज्ञान शक्तिकी सहायतासे हमारी प्रकृति अति शीतल या ऊष्ण जलसे स्नान करनेकी आज्ञा नहीं देती । इसीसे अति शीतल जलभी वैसेही हानि पहुंचाता है जैसे ऊष्ण जलसे कष्ट होता है । क्योंकि अत्यधिक शीतल जल हमारे रक्त-कणोंको शरीरके भीतर सिकुड़नेको बाध्य करता है । फलतः उनके नीचेके रक्त-कण अपनी निरन्तर क्रियामें बाधा पड़नेसे ऊपरके कणोंमें बलपूर्वक अत्यधिक रक्त फैलनेको बाध्य होते हैं, और इस अनुचित रक्तके तीव्र प्रवाहके घर्षणसे शरीरमें दाह ( ज्वर ) उत्पन्न हो जाती, और उसके अनावश्यक सञ्चारसे रक्तका अधिक व्यय होता है । इसीसे यदि कुछ समयतक हस्त-तलपर हिमका टुकड़ा रक्ख दिया जाये तो उसकी शीतलतासे रक्त-कण रक्तको भीतर भेजनेके हेतु विवश होते हैं, जिससे हाथकी गद्दी रक्तहीन होकर पीतवर्ण हो जाती है, किन्तु चर्कके पृथक् करतेही या कभी, कभी उससे पूर्वही नीचेके रक्त-कण रक्तकी अनुचित मात्राको अधिक कालतक स्थिर रक्खनेमें असमर्थ हों, उसके कष्टसे थककर इतने निबल हो जाते हैं कि वह अधिक समयतक उस रक्तकी अनुचित मात्राको अपने शरीरमें नहीं रक्ख सकते, अन्ततः नीचेके कणोंसे रक्तकी अधिकाधिक मात्रा ऊपरके कणोंमें बलपूर्वक लौटनेसे दाहके कारण हस्त-तल लाल हो जाती है । अपरञ्च यहभी नित्य अनुभवमें आता है कि शरीरके अग्नि द्वारा जले हुए स्थानपर शीतल जल प्रयोग करनेसे उस समय उस स्थानकी प्रकृति शीतलताके प्रतिकूल होनेसे तत्क्षण छाले उठ आते हैं । परन्तु यदि हम शरीरपर नित्य प्रति अधिक शीतल जल या हिमादि प्रयोग करनेके अभ्यस्त हो जावें, तो त्वचाके निकटवर्ती रक्त-कण शीतल पदार्थोंकी तीक्ष्णताकी दाहसे कुछही कालमें ऐसे निर्जीव, कठोर और रक्तहीन हो जाते हैं, जैसे धीमी, धीमी अग्निके स्पर्शसे हमारी त्वचा रसहीन हो जाती है, और फिर रक्त-कणोंके निर्जीव होकर त्वचाके दुर्तापवाहक हो जानेसे शरीरके भीतर शीतलताका प्रभाव न पहुंचनेके कारण प्रतिक्रिया न होनेसे ठीक उसी प्रकार शीतलताकी

दाहका ज्ञान नहीं होता, जिस प्रकार अग्नि स्पर्श करते रहनेसे उसका अभ्यस्त होने पीछे अग्निका ताप प्रतीत नहीं होता । इसके अतिरिक्त रक्तके सञ्चारमें अनावश्यक-प्रतिक्रिया द्वारा अनुचित वृद्धि हो जानेसे रक्तका कुव्यय होनेके कारण हमारा स्नायु और अन्य नाडियाँ एवं अवयव शिथिल होकर उसी प्रकार कर्तव्यहीन हो जाते हैं, जिस प्रकार पच्चीस मील चलनेवाला बैल पैंतीस मील चलानेसे दूसरे दिन पन्द्रह मील चलनेकोभी समर्थ नहीं होता ।

जर्मनी, अमेरिका और आस्ट्रियाके जल चिकित्सकोंने प्रत्येक रोगकी चिकित्साार्थ अति शीतल जल-क्रियाओसे त्वचाको उत्तेजित करके शरीरकी रक्तवाहिनी नाडियों आदि द्वारा प्रतिक्रिया स्थापन कर शिथिलताको नष्ट करने अथवा शरीरको उत्तेजना देकर हमारे विकारमय पदार्थोंको निकालने या अस्तव्यस्त करके सूक्ष्म करनेकी चेष्टा करने, या प्रतिक्रिया द्वारा शरीरमे ऊष्णता लानेके उपायोंको बड़ा हितकर कहा है । परन्तु यह कभी नहीं विचारा—इस प्रकार शीतलताकी उत्तेजना द्वारा बलात् नाडियोंको कृत्रिम प्रतिक्रिया करनेपर बाध्य करना, प्रथम तो रक्तकी अधिक मात्राका व्यय और शरीरकी जीवन शक्तियोंको शिथिल करना है, जिससे रोगी दिनोदिन निर्वल होता जाता है । इसीसे अविकाश रोगी जिनकी शीतल जल-द्वारा चिकित्सा होती है निर्वल हो जाते हैं । द्वितीय जिस प्रकार अन्य तीक्ष्ण पदार्थोंसे हमारे जीवन-कणोंकी त्वचा फटनेपर वायुके ससर्गसे हमारे जीवनके रासायनिक पदार्थोंका विसङ्गठन होकर वायु मण्डलमे लय या विकृत पदार्थोंमें रूपान्तर होनेके कारण रोगोंकी उत्पत्ति होती है, उसी प्रकार जलकी तीक्ष्णताकी उत्तेजनासे प्रतिक्रियाके उत्पन्न होनेपर दाहकी उत्पत्ति होनेसे हमारे जीवन-कोषोंको उसकी वेधना द्वारा त्वचा विहीन होनेपर ओषजनके सहयोगसे हमारे जीवनके रासायनिक पदार्थों और तत्वोंका विकृत पदार्थोंमें परिवर्तन होनेसे अनेकानेक रोगोंके जन्म लेने या पहिले दमन किये हुए उन रोगोंके बीजाणुओ, जो शरीरमें उपस्थित होते हुएभी अपनी सूक्ष्मताके अर्थसे अदृश्य हो गये हैं, को पुन उभर आनेमें सहायता मिलती है । परन्तु भ्रम वश जल चिकित्सक इस प्रकार रोगोंके उभरनेको अच्छा समझे हुए हैं । इसीसे उनका कथन है—छिपे हुए रोगोंको उनके वास्तविक रूपमें उभारना शरीरको सदाके लिए उनसे मुक्त करना है । किन्तु वास्तवमें ऐसा नहीं है ! कारण यह कि जो रोग शीतल जलकी उत्तेजनासे उभरते

हैं, कुछ काल पीछे शरीरकी चैतन्य क्रियाओंके शिथिल हो जानेसे उनका मन्द रोगोंमें परिवर्तन होनेके कारण वैसेही प्रतीत नहीं होते, जैसे तम्बाकूका अभ्यस्त होनेके उपरान्त मितलीका ज्ञान नहीं होता । और यहभी अनुभवमें आया है कि कुछ कालमें शीतल जलसे रोगोंका उभरनाही नहीं वरन् शीतलसे शीतल स्नानोंके प्रभावका भी ज्ञान नहीं होता । निदान् अनुचित प्रतिक्रियाओंके हेतु तीक्ष्ण या असह्य शीतल जलसे स्नान करना वर्जित है । अतएव ऐसी श्रेणीके शीतल जलसे स्नान करना चाहिये, जो शरीरको चैतन्यता लाते हुएभी अनिवार्य उत्तेजनाके अतिरिक्त तीक्ष्ण न हो ।

ज्वर, पीड़ा या दाहके समय शरीर या उसके प्रदाहित भागोंका ताप उसी प्रकार बढ़ा हुआ होता है, जिस प्रकार शरीरके जले हुए अङ्गमें अधिक गर्मी हो जाती है । इसीसे तनिकभी शीतल जल या शीतल वायुके सहयोगसे शरीर या उसके प्रदाहित अङ्गोंमें वैसेही दाहकी मात्रामें वृद्धि हो जाती है, जैसे जले हुए हाथपर शीतल जलके प्रयोगसे छाले उठकर अधिक जलन होने लगती है । अतः दाहकी दशमें शीतल जलका स्नान निषेध है । परन्तु यदि किसी दाहसे पीड़ित रोगी को शरीरके मलसे शुद्ध करनेके निमित्त स्नान करनेकी आवश्यकता हो तो दाहकी अवस्थानुसार सद्य ऊष्ण जलसे वाष्प द्वारा तप्त किये हुए बन्द स्नानागारमें टबके भीतर डुबकी लगाकर बड़ी सावधानीसे स्नान करना चाहिये; और जबतक शरीरको भली भाँति पोंछकर शुष्क करनेपर दुर्तापवाहक वस्त्र न धारण कर लिये जायं, कमरेको गर्म और बन्द रखना चाहिये । क्योंकि ऊष्ण जल वाष्प द्वारा वायुके साथ बड़ी तीव्र गतिसे शरीरकी गर्मीको उड़ाकर नाड़ियोंको शक्ति हीन करता है; और ऊष्ण शरीरपर शीतल वायुका प्रभाव उस समय रोगीकी प्रकृतिमें प्रतिकूलता होनेसे दाहकी वृद्धि करता है, जिससे कभी, कभी बड़ी, बड़ी आपत्तियोंका सामना होता है ।

स्नान करनेके उपरान्त अन्य जीव बालू आदिमें लोटकर अपने शरीरको शुष्क करते हैं; परन्तु यह या इसी प्रकारका अन्य कोई प्राकृतिक साधन हमारी प्रचलित सभ्यताके विपरीत है । अतः हमको स्नान करके शरीरको शुष्क करनेके निमित्त, जिससे उसका ताप जलके साथ उड़कर वायुमें लय न हो, टर्किश रुण्दार टाविल या मोटे कम बटे हुए सूत वाले खदरके अङ्गोछे प्रयोग करने चाहियें ।

शिरादिको स्वच्छ करनेके हेतु साबुन या अन्य तीक्ष्ण पदार्थोंकी अपेक्षा गुजनी

या अन्य कोई चिकनी मिट्टीही उत्तम है । क्योंकि सावुन या अन्य तीक्ष्ण पदार्थोंसे हमारी त्वचा, केशों और उनकी जड़ोंपर बहुत बुरा प्रभाव होता है । इसके अतिरिक्त सावुनके प्रयोग करनेसे दिनोदिन हमारे वनका कुण्ठ्य होनेसे हमारा जीवन दुःखप्रद होता जाता है, और हमारी सम्पत्ति विदेशियोंके मुखका ग्रास होती है । अतः यदि भारत अपना कल्याण चाहता है तो अपने जीवनको आडम्बरोसे शून्य करनेकी चेष्टा करे, और प्रकृतिसे निष्फल युद्ध करनेका प्रयत्न त्याग दे, अन्यथा —

**जंगे कुदरतसे जो 'कर्नल', हथ्र होगा अवबपा,  
वक्तसे पहले हमारे, बस कयामत आयगी ।**

ज्ञान करनेके स्थान वायु और प्रकाशके प्रभाव द्वारा अति स्वच्छ और ज्ञान करते समय शीतल या ऊष्ण वायुसे सुरक्षित हो । यथा शक्ति टबमें बैठकर डुबकी लगाके स्नान करनाही अच्छा है । क्योंकि जलमें बैठे हुए शरीरपर वायुके शरीरतक न पहुंचनेके कारण ऊपरसे जल छिड़कनेकी अपेक्षा उसमें उत्तेजना द्वारा प्रतिक्रिया कम होनेसे हमारी शक्तियोंका व्ययभी कमही होता है, और वर्षाके वर्षते हुए जलमें स्नान करनेसेभी यदि शरीरमें दाह या उसके चारों ओर तीव्र पवन और प्रतिकूल ऋतु या देश न हो तो हमारे समस्त ओर जल होनेसे वायु हमको टबमें स्नान करनेके समानही हानि नहीं पहुंचा सकती । प्रत्युत किसी, किसी अनुकूल ऋतुमें वर्षामें स्नान करनेसे हमको बड़ी चैतन्यता प्राप्त होती है ।

हमको अपने स्नान करनेके पदार्थ उसी प्रकार किसी अन्य व्यक्तिके कार्यमें न लाने देने चाहिये जिस प्रकार रोगोंकी सम्भावनासे भोजनके पात्रोंको अन्य मनुष्योंके प्रयोगमें लानेसे बचाव करनेकी आवश्यकता है ।

## मल, मूत्र त्यागनेके नियम



**जी**वनके अन्य मुख्य नियमोंके साथ, साथ मल, मूत्र त्यागनेके ऊपर भी ध्यान देनेकी आवश्यकता है । क्योंकि मनुष्यने अपनी सभ्यताके बलसे प्रकृतिके अनुकूल हगना और मृतनाभी वन्द कर दिया है, और अधिकांश इस कार्यके लिए केवल प्रातःका समयही नियत कर लिया है, किन्तु यदि किसीने शरीरपर बहुतही दया दृष्टि रखीतो सायंका समयभी इस वेगारके भुगतनेके निमित्त

निश्चय कर लिया । परन्तु इसके विपरीत हम यह नित्य अनुभव करते हैं कि सृष्टिके प्रत्येक जीवको जिस समयभी शौचादिकी इच्छा प्रतीत होती है वह उसी समय उससे निवृत्ति प्राप्त करता है, जब कि हम स्वच्छताकी डींग मारते हुए भी अपने शरीरमें मलको स्थान देते रहते हैं, और कमशः इसी प्रकार हमारे बुरे स्वभावोंके अनुकरणसे हमारी निर्दोष सन्तानभी उसी कुमार्गपर चलनेको बाध्य होती है । फलतः शरीर शिथिल होकर अपनी प्राकृतिक क्रियाएं करना त्याग देता है । फिर यदि हम नितान्त अर्श ( ववासीर ), पथरी, कोष्ठवद्ध एवं यकृत, फुफ्फुस और शिर पीडाओं तथा अनेक भयङ्कर रोगोंमें ग्रसित रहें तो कौन आश्चर्यकी बात है ? निदान हमको बालपनसेही मल, मूत्र स्थिर रखने और किसी नियत समय त्यागनेका अभ्यस्त होनेकी चेष्टा न करनी चाहिये, प्रत्युत जबभी इच्छा हो उनसे निवृत्ति प्राप्त करनी चाहिये ।

इसके अतिरिक्त हमारे देशमें मल, मूत्र त्यागनेकी जो दशा है उसका कथन करनाभी सभ्यताके विपरीत है । किन्तु मनुष्यका पतन देखकर लेखनी उठानेको बाध्य होना पड़ता है । हम लोग विशेषतः शौचागार घरके ऐसे भागमें रखते हैं जो समस्त स्थानोंसे दूषित हों, और यदि किसीने कुछ ध्यानभी दिया तो एक, आध छोटासा प्रकाश मार्ग ( रौशनदान ) खुलवादिया, अन्यथा प्रायः शौचागार काल-कोठरीके समानही होते हैं; प्रत्युत काशी सरीखे आर्य जातिके तीर्थ स्थान-पर तो यहातक देखनेमें आया है कि अनेक गङ्गा किनारे वाले घरोंके शौचागार जिस दिनसे बने हैं आजपर्यन्त उनसे विष्टाभी नहीं निकाला गया है । अपरञ्च हमारे यहा यहभी कोई गिन्ती नहीं है कि एक शौचागारमें कितने मनुष्य मल त्याग सकते हैं ? वहां दो, चारकी तो कोई बातही नहीं, वरन् दो, दो, चार, चार डङ्गनभी साधारण बात है ।

सर्वोत्तम प्राकृतिक वर्म तो यहाँ कहता है—मल, मूत्र त्यागनेकी इच्छासे वायु और प्रकाशसे स्वच्छ किये हुए विस्तृत क्षेत्रोंमें जाना चाहिये । परन्तु यदि हमारी सभ्यता आज्ञा न दे तो चीनीके कमोड प्रयोग करने सर्वोत्तम है, और यदि यहभी न हो सके तो शौचागारकी तल डालदार सिमेन्टसे एस्टर किये हुए अत्यधिक कठोर पत्थरोकी होना परमावश्यक है । इसके अतिरिक्त शौचागार ऐसे स्थानपर होना चाहिये जहा दिनभर सूर्य-तापका प्रभाव और शुद्ध वायुका सञ्चार रहे, एवं उसकी

दुर्गन्ध निवास स्थानादितक न पहुँच सके । कारण यह कि सूर्य देवके तापमे वह शक्ति उपस्थित है, जो जल और वायुमे अशुद्ध कीटाणुओंका हनन करनेके निमित्त कभीभी नहीं पायी जा सकती । इसीसे कलकत्ते आदिके चीनीके कमोडवाले शौचागारोंमें जलके बड़े, बड़े मोटे नलोंसे धड़ा-धड़ वारि प्रवाह होने और खिड़कियो द्वारा वायु पहुँचनेपरभी सूर्यकी किरणोंको मार्ग न मिलनेसे असह्य दुर्गन्धका अनुभव होता है । अपरच्च उन शौचागारोंमें सूर्य-तापके न पहुँचनेसे विष्टे और मूत्रकी गन्धके अतिरिक्त जलकी तरीसे विकृत कीटाणुओंके उत्पन्न होनेपर सीलनकी अपवित्र गन्ध प्रतीत होने लगती है । अतः सिद्ध होता है कि किसी स्थानको मल, मूत्रसे स्वच्छ करनेके निमित्त जल केवल इतनाही कर सकता है कि उस स्थानसे मल, मूत्रके परमाणुओंको अविकाश पृथक् करके अपने प्रवाह द्वारा किसी अन्य-स्थानमे ले जाय, किन्तु यह सम्भव नहीं कि वह दुर्गन्धके परमाणुओंको नष्ट कर दे, और इसी प्रकार वायुभी अपनी सत्ता शक्तिसे दुर्गन्धके परमाणुओंको इतना विस्तार दे सकती है कि वायु मण्डलके विस्तृत क्षेत्रमे फैलकर सूक्ष्म हो जानेसे उनका अनुभव करना दुस्तर हो जाय, किन्तु यह सम्भव नहीं कि वायु या जल दुर्गन्धके परमाणुओंको समूल नष्ट कर दे । परन्तु सूर्य भगवान्‌के ज्योतिर्मय प्रकाशके तापसे मल-मूत्रादिसेभी अधिक दुर्गन्धित पदार्थोंके परमाणु, यदि उनको अन्य पदार्थोंकी सहायता न मिले, समूल नष्ट हो जाते हैं ।

जिस स्थानपर किसी अन्य व्यक्तिका मल, मूत्रादि पड़ा हो वहा शौचार्य न जाना चाहिये, प्रत्युत जहातक ऐसे दूषित पदार्थोंकी गन्धका प्रभाव हो एक पल भी स्थिर रहना उचित नहीं, क्योंकि इससे नासिकादि द्वारा विष्टेके परमाणुओं या उसके साथ रोगी मनुष्यके कीटाणुओका हमारे शरीरमें प्रवेश होता है ।

हमारे शौचागार नित्य प्रति भले प्रकार धुलते रहने चाहिये, और यदि सूर्य-ताप उनतक न पहुँचता हो, यथाशक्ति शीघ्राति शीघ्र उनकी तलको दहकते हुए कोयलोंमे तप्त करते रहना चाहिये, जिससे दूषित परमाणुओका नाश होता रहे ।

## वस्त्र

— \* —

‘रोग और मृत्युकी व्याख्या’ शीर्षक निबन्धसे यह स्पष्ट है कि प्रत्येक रोगकी उत्पत्ति शरीरके जीवन-कणोंकी प्रकृतिके विपरीत उसका तीक्ष्ण





दिनो दिन भारी हानि होती है, और शरीरको त्वचाके छिद्रों द्वारा ओपजनके स्थानमें फिर वही कार्बन ग्रहण करके अनेक रोगोंसे सामना करना पड़ता है। इसके अतिरिक्त कसे हुए या अति वोझल वस्त्रोंसे फुफ्फुसादिको छाती आदि फुलाकर श्वास प्रश्वास द्वारा स्वतन्त्रता पूर्वक अपना कर्तव्य पालन न कर सकने, और कन्धों एवं उदरके दबनेसे फुफ्फुसके ऊपर वाले भाग प्रदाहित होने और अन्त्रादिकी आकृतिमें अन्तर आजानेसे हम अनेक प्रकार रोगी और निर्वल हो जाते हैं।

हमारे देशमें विज्ञानकी कमी और दारिद्र्यताकी पीडाके कारण प्रतिशत एक मनुष्य भी स्वच्छ और शुद्ध वस्त्र धारण करनेवाला न पाया जायगा। हमारा धन तो केवल टीप-टापके अनावश्यक वस्त्रोंमेंही व्यय होता है। हम सहस्रों रुपये लगाकर विवाहादिके निमित्त दूषित वस्त्र बनानेमेंही मनुष्यत्व समझते हैं, परन्तु कौडिया व्यय करके हम उन्हें शुद्ध रक्खना सीखेही नहीं हैं। इसीसे प्रायः जनसख्या रंगीन वस्त्र बनवाया करती है, जिससे वह मल और विषेका केन्द्र होते हुए भी दूसरोंको मैले प्रतीत न हो। हा, धिक्कार है मनुष्यकी ऐसी बुद्धिको, जो केवल दिखावेके भयसेही रंगीन वस्त्रों द्वारा अपवित्रताके छिपानेका प्रयत्न करती है। हमारे अनुमानसे जिस वस्त्रको पहन या ओढ़कर उसमें एक बार श्वेदकी तरी हो जाती है, वह निश्चयही दूषित हो जाता है। क्योंकि जिस प्रकार मूत्र या विष्टेके लग जानेसे हम किसी वस्त्रको अपवित्र समझने लगते हैं उसी प्रकार श्वेदके ससर्गसेभी प्रत्येक वस्त्र मूत्रादिके सदृशही अपवित्र हो जाता है। अतः शत बार धिक्कार है उन मनुष्योंपर जो लोभवश ऐसे अपवित्र वस्त्रोंका प्रयोग करते हैं। हमारी सम्मतिमें रात्रिको शयनार्थ प्रयोग किये हुए वस्त्र प्रातःके समय और दिनमें धारण किये हुए वस्त्र सायंकालको कृष्ण जल और साबुन आदिसे भले प्रकार स्वच्छ करने और तीक्ष्ण सूर्य-तापमें सुखाने चाहियें। अन्यथा हम किसी प्रकार स्वच्छ रहनेकी डींग नहीं मार सकते! और न स्वस्थही रह सकते हैं। शरीरसे स्पर्श करने वाले वस्त्रोंपर कलफ होना शरीरपर अपकार करना है।

हमारे वस्त्रोंका वर्ण यथाशक्ति श्वेत होनाही उत्तम है। क्योंकि श्वेत वस्त्रपर तापका प्रभाव कम होता है। इसीसे श्वेत वस्त्रकी अपेक्षा कृष्ण वर्णके वस्त्रपर कंच द्वारा सूर्यकी किरणोंका एकीकरण करके शीघ्र अग्नि उत्पन्न की जा सकती है। निदान् यथाशक्ति श्वेत वस्त्रही धारण करने चाहिये, जिससे हमारे धनकी

वचन, स्वास्थ्यका लाभ और विदेशियोंके रंगोंका मुह काला हो । और कचे रंगोंको तो भूलकरभी काममें न लाना चाहिये । क्योंकि इनके कचेपनसे श्वेदसे फैलने पर इनका विष कलक क्रिये हुए वस्त्रोंमेंभी अधिक हानि पहुंचाता है । प्रत्युत शरीरसे स्पर्श करने वाला तो कोई वस्त्र रंगान होनाही न चाहिये ।

ओढ़ने विद्यानेके वह वस्त्र जिनका शरीरसे स्पर्श नहीं होता है, या जिन-तक श्वेदका प्रभाव नहीं पहुंचता है, यदि जल, द्वारा शुद्ध न किये जायं तो नित्य सूर्यके तापमें अवश्य फैलाने चाहिये । अन्यथा उनमें रोगोंके हेतु दूषित कीटाणुओंका जन्म हो जाता है । इनके अतिरिक्त शयनार्थ वस्त्र भूलकरभी अनप्रवेशनीय और भारी नहीं रखने चाहिये, क्योंकि उनसे शरीरकी गर्मा अधिकांश रक्त जानेसे हमारे अचेतन्य होनेके अतिरिक्त हमको ऊष्णताका अनुचित उत्तेजनमें स्वप्न दोषका भय रहता है । इसीसे उन मनुष्योंका जो शरदऋतु या शीतल देशोंमें वस्त्रोंके अभावसे सारी रात सिकुड़े पड़े रहते हैं विना अर्जाणादिके कभी स्वप्न दोष नहीं होता ।

अधिक मोटे और भारी वस्त्रोंकी अपेक्षा कूले हुए सूत या ऊनके कई कोमल और हलके वस्त्रोंको भिलाकर ओढ़ने या पहननेमें प्रत्येक वस्त्रके नीचे शरीरकी ऊष्णता रक्त जानेमें हमारी गर्माका व्यय कम होता है और ऋतुओंका तापनी कम प्रभाव डालता है; और वह हमके तेनेमें अधिक हानि नहीं पहुंचा सकते । इसीमें जिन मोटे कम्बलमें शीतलताका अनुभव होता है, यदि उनमें आगी मोटाईके अन्य कम्बलके नीचे एक हलके सादर का चादरा लना जिस जाय तो शीतलताका उतना हान नहीं होता और न मोटे कम्बलके सहन योग्य रहता है ।

रासायनिक पदार्थोंके सूक्ष्म परमाणुओंका वायुमण्डलमें लय या विकृत पदार्थोंमें रूपान्तर होनेपर स्थूल तत्वों और तन्तुओंके पदार्थोंमें वृद्धि हो जानेसे उनके निर्जीव होनेके कारण मांस-पेशियों एवं अस्थ्यादिके कठोर होनेके हेतु मनुष्यका शरीर शुष्क होकर काष्ठवत् कठोर हो जाता है, जिसको बड़े, बड़े विद्वान आरोग्यताके लक्षण कहते हैं । परन्तु शरीरमें कठोरता होनी उसकी जीवन शक्तियों एवं रसोंकी हीनताको प्रमाणित करती है । क्योंकि जिस प्रकार कोई वृक्ष रसोंकी न्यूनताके कारण स्थूल पदार्थोंकी मात्रामें वृद्धि होनेके हेतु जितना सूखता जाता है उतनाही जीवन हीन होनेपर कठोर होता जाता है । इसीसे कोई कठोर हाथोवाला लोहकार हस्त-तलकी निर्जीविताके कारण अपने हाथोंसे सुन्दर चित्रकारी नहीं कर सकता, प्रत्युत किसी, किमीके हाथोंकी गहिया और ऊंगलिया तो इतनी कठोर या जीवन हीन हो जाती हैं कि वह अपने हाथसे भले प्रकार कोई छोटी वस्तु उठानेकोभी ऊंगलिया नहीं मोड़ सकता, और ऐसेही जितनी व्यायाम अधिक की जाती है उतनाही रक्तका व्यय और उसकी तीव्र गतिके घर्षण द्वारा ऊष्णतासे रसोंके जलनेपर शरीर शिथिल एवं निर्जीव या कठोर होता जाता है, जिसका यह परिणाम होता है कि पहलवानोंमें वैसेही चैतन्यता ( फुर्ती ) नहीं रहती जैसे कड़ा कार्य करनेवाले लोहकारकी ऊंगलियां तीव्र गतिसे नहीं मुड़ सकती । इसीसे वह आलस्य पूर्ण अजगरके समान पड़े रहते हैं, और प्रायः उनमेंसे सर्वाश नपुंसक हो जाते हैं । अपरञ्च यहभी अनुभूत है कि अत्यधिक मानसिक व्यायाम करनेवाले उन्माद या अन्य मस्तिष्क सम्बन्धी रोगोंमें ग्रसित हो जाते हैं, नेत्रोंसे निरन्तर दुःख प्रद ( महीन ) काम लेने या रात्रिमें विधामकी अपेक्षा जागनेवाले समयसे पूर्व उनके कठोर शिथिल और जीवन हीन होनेपर अन्धे हो जाते हैं, और शीघ्र, शीघ्र एवं कुपाच्य भोजन करनेसे हमारा आमाशय उत्तर दे बैठता है । कारण यह कि हमारे शरीरका कोईभी अवयव अपनी सामर्थ्यसे अधिक परिश्रम करनेको प्रस्तुत नहीं है । अतएव हमारी प्रकृति हाथोंसे साधारण कार्य करने पगोंसे सामर्थ्यानुकूल शनैः, शनैः चलने एवं अन्य इच्छित या अनिच्छित कार्य करनेवाले अवयवोंसे उनकी शक्तिके अनुकूल सुखप्रद काम करनेकोही कहती है । इसीसे वास्तवमें प्राकृतिक व्यायाम केवल समय, समयपर जब हमको आवश्यकता हो शरीरके अवयवोंको भरसक तानकर अगड़ाना, या अपने खाद्य पदार्थोंकी खोजमें विचरना

और वृक्षो आदिपर चढ़ना या कभी प्रसन्न होनेपर उछलना, कूदना आदिही है । और ऐसेही सृष्टिके अन्य जीव शरीरको अंगड़ाकर तानते या अपने नित्यके आहार-रादि सम्बन्धी कृत्य किया करते हैं । क्योंकि शरीर स्वतः ही विना किसीके सिखाये प्राकृतिक रूपसे अपनी थकनसे मुक्त होनेके हेतु अपनी नाड़ियों आदिको तानकर अंगड़ाना जानता है, और अपने आहारकी खोजमें विचरने और वृक्षोंपर चढ़ने, और प्रसन्नता द्वारा उछलने कूदने आदिकी क्रीड़ा करनेको बाध्य होता है; जब कि हमारी अन्य कृत्रिम व्यायाम विना सिखाये नहीं आ सकतीं । अतः प्रत्येक व्यायाम जिसको सीखनेकी आवश्यकता होती है या जिससे शरीरको कष्ट होता है प्रकृतिसेही हानिप्रद और अप्राकृतिक होनेके निमित्त निषेध है ।

व्यायाम द्वारा अनेक प्रकार हमारे दीन जीवन-क्षण जिनपर हमारा जीवन निर्भर है हमारीही मूर्खतासे नष्ट हो जाते हैं । इसीसे नेत्रों द्वारा टिकटिकी लगाकर अर्थात् दृष्टि बाधके देखनेसे अधिक कालतक वायुके तीक्ष्ण संसर्गके कारण अश्रुपात होनेसे जीवन-कोषोंसे जीवनके रासायनिक तरल पदार्थोंका अनावश्यक व्यय होनेके हेतु वह शक्ति हीन हो जाते हैं, हस्त-तलसे कठोर काम करनेपर कठोर पदार्थोंके घर्षण द्वारा दाह होनेपर त्वचाके जीवन-क्षणोंका विसङ्गठन होनेके हेतु उनसे जीवनके तरल रासायनिक पदार्थ पृथक् होकर छाले उठनेका कारण होता है, और शीघ्रही वहाकी त्वचा निर्जीव, शिथिल और कठोर हो जाती है; सामर्थ्यसे अधिक चलनेपर रक्तकी तीव्र गति और घर्षण द्वारा दाह होनेके कारण रक्त एवं अन्य रसोंके जीवन-कोषोंका व्यय और विकृत पदार्थोंमें रूपान्तर होकर नाश होता है, जिससे विना अधिक चलनेकी व्यायामका अभ्यस्त बने थकनका ज्ञान या प्रायः ज्वरकी पीड़ा प्रतीत होती है; कुत्ती या दण्डादिमें रक्तकी तीव्र गति और रसोंके व्ययके अतिरिक्त सहस्रों जीवन-क्षणोंका तो शरीरके घर्षणमें चूर्णही हो जाता है, और अनेक शरीरमें श्वेद प्रवाह और उसमें छाले उठनेसे हमारे रसोंका धीरे, धीरे इति होनेपर लगभग निर्जीव और अचेतन्य हो जाते हैं; घोड़े आदिके समान झटके देने वाले वाहनोपर हमारे गात्रके आन्तरिक कोमल अवयवोंके जीवन्-कोषोंको जीवन हीन करनेके लिए वही दुर्गति होती है जो एक कोमल फलको बार, बार उछालनेसे उसके पिलपिले होनेपर होती है; अनावश्यक या गरिष्ठ भोजन करनेसे थोड़ा एवं परिश्रमके कारण आमाशयिक भीतके जीवन-क्षण निर्जीव होते

चले जाते हैं, जिससे भोजनके पाचनार्थ उसी प्रकार रसोंका स्राव नहीं होता जैसे कठोर कार्योंके करनेसे हाथकी गदियोंकी त्वचाके कठोर और जीवन हीन होनेपर सुई छेदनेसेभी रक्त प्रवाह नहीं होता, और उत्तेजक या तीक्ष्ण औषधियों अथवा भोजनो द्वारा नाड़ियोंके भडककर अधिक कार्य करनेसे रक्तकी तीव्र गति द्वारा उसके अनावश्यक और परिमाणसे अधिक व्यय होनेके कारण हमारा शरीर अपना नियमित कार्य करना त्याग देता है । इसके अतिरिक्त यह भी अनुभवमें आया है, कि किसी, किसी समय जो लोग शत्रु आदिके भयसे प्राण रक्षार्थ सामर्थ्यसे अधिक भागे हैं, अन्तमें फुफ्फुसादिसे प्रदाहित होनेपर मुखसे रक्त डालकर या रक्तकी तीव्र गतिसे उसके व्यय द्वारा जीवनका अन्त हो जानेसे मृत्युको प्राप्त हो गये हैं, और अपनी शक्तिसे परे अनावश्यक बोझ उठाने वालेकेभी जीवन भण्डारका इति हो जानेसे इसी प्रकार अकस्मात् मृत्यु होती देखी गयी हैं । अपरिणाम सुन्दरताके नष्ट करनेका दोषभी बहुत सीमातक व्यायामपरही अवलम्बित है । क्योंकि जन्म लेनेके समय जो बालककी सुन्दर और कोमल आकृति होती है वह दिनोदिन ज्यों, ज्यों वह बड़ा होता है, और जैसे, जैसे काम करता जाता है उसीके अनुसार भट्ठी और कठोर होने लगती है । इसीसे पहलवानोके मुख एव समस्त शरीरकी त्वचा और आकृति स्वस्थ मनुष्यकी अपेक्षा अधिक कठोर और बेडौल प्रतीत होती है । इसमें कोई सन्देह नहीं कि व्यायामके अतिरिक्त वायु आदिके ससर्गसेभी हमारा शरीर बालपनकी अपेक्षा अन्य अवस्थाओंमें क्रमशः अधिक जीवन हीन और बुरी आकृतिका होता रहता है, परन्तु व्यायामका हमारे गात्रको कुरूप और जीवनहीन करनेमें अधिक भाग है । इसलिए हमको उस अनिवार्य व्यायामके अतिरिक्त जिसके बिना हमारे जीवन सम्बन्धी कृत्य नहीं हो सकते, अनावश्यक अर्थात् कृत्रिम व्यायाम नहीं करनी चाहिये ।

यद्यपि अनिवार्य व्यायामके हेतुभी नित्य हमारा शरीर कुछ न कुछ उसी प्रकार क्षीण होता रहता है जिस प्रकार गोदमें रहनेवाले बालककी अपेक्षा पगों द्वारा चलनेवाले बालकके पैरकी गदियोंकी त्वचा अधिक कठोर और जीवन हीन हो जाती है, तथापि कृत्रिम या अनावश्यक व्यायाम हमारे शरीरको अधिक क्षीण करती है । अतः परिणाम यही निकलता है कि कृत्रिम व्यायाम मात्रसे पृथक् रहना चाहिये । किन्तु अनिवार्य अर्थात् प्राकृतिक व्यायामसे जीवनका धीरे, धीरे अन्त होते हुएभी हम

वचाव नहीं कर सकते । क्योंकि प्रकृतिने हमारा विकास करनेके साथ, साथही ऐसे साधन रखे हैं कि हमारा क्रमशः पतनभी होता रहे, जिससे एक दिन हमारा मरण अवश्य हो । इसीसे विना अनिवार्य व्यायाम न हम अपने भोज्य पदार्थ ही प्राप्त कर सकते हैं और न चैतन्यही रह सकते हैं । कारण यह कि यदि हम यह विचारकर कि व्यायाम मात्रसे हमारे शरीरकी क्षति होती है, अपने हाथ, पैर हिलाना त्याग दें तो शीघ्रही वह शिथिल होकर अचैतन्य होनेपर अपने कर्तव्यसे उसी प्रकार च्युत हो जावेंगे, जैसे पीछेमे वन्द करके रक्खा हुआ पक्षी पंखोंके कर्तव्यहीन हो जानेसे उड़नेकी शक्तिसे वञ्चित हो जाता है । अतः हम किसी प्रकारभी अपनी शक्तियोंको स्थिर रखनेके निमित्त अनिवार्य व्यायामसे पृथक् नहीं रह सकते । निदान हमको अनिवार्य व्यायामके अतिरिक्त कृत्रिम अनावश्यक व्यायाम द्वारादिनोदिन अपने शरीरको निर्जाव, शक्ति हीन और रोगी करने या उसके द्वारा किसीको मल त्यागन या शरीरके पुष्ट करनेकी सम्मति देना किसी प्रकारभी उचित नहीं ।

## मैथुन

**जि**स प्रकार बालकको जन्म लेनेके उपरान्त दुग्ध पान करनेकी शिक्षा देनेकी आवश्यकता नहीं होती उसी प्रकार डिम्ब और शुक्र कीटकी पक्कावस्थाके समय मनुष्यको विना मैथुनका पाठ दियेही उसे उसकी इच्छा होने लगती है । इसीसे सृष्टिके किसी जीवके दम्पतिको उसकी जातिके अन्य जीवोंसे पृथक् करके एकान्तमें रखनेपरभी तरुणावस्थाके आतेही वह मैथुन करके अपनी जाति शुद्ध करने लगता है; और ठीक ऐसेही मनुष्यका दम्पतिभी बालपनसे एकान्तमें रखनेपर, यदि उसका पोषण प्राकृतिक रीतिसे रहे, युवावस्थाको प्राप्त होतेही स्वतः मैथुन करना सीख जाता है । परन्तु आज कल मनुष्यकी बुद्धिके कारण मनुष्यका मैथुन विषयभी अचम्भेसे शून्य नहीं है । क्योंकि जिस जातिमें तीन, तीन वर्षके बालकोंकोभी मैथुन करते देखा है, उसीमें आजन्म मैथुनसे वञ्चित रहनेवाले मनुष्योंके वृत्तान्तभी पढ़नेमें आते हैं ।

हमारी अनेक चेष्टाएं यही होती हैं कि हमारे बालक समयमें पूर्व मैथुन द्वारा अपने शरीरपर अपकार करना न सीखें; परन्तु इसपरभी जैसा हम ऊपर कथन

कर चुके हैं, प्रायः तीन, तीन वर्षके बलकभी इस व्याधिमें ग्रसित होकर मनुष्य जातिके पतनका हेतु होते हैं । कारण यह कि हमारे खान-पान एवं रहन-सहन इतने उत्तेजक हैं कि उनकी उत्तेजना द्वारा उसी प्रकार समयसे पूर्व हमारी काम शक्तियाँ उत्तेजित हो जाती हैं, जिस प्रकार पालमे रक्खा हुआ आम उसकी अधिक ऊष्णताकी उत्तेजनासे वृक्षपर लगे हुए सूर्यके तापसे पकनेवाले फलकी अपेक्षा शीघ्र और समयसे पूर्व पक जाता है । इसीसे वह तीन वर्षके अज्ञान बालक जिनको मैथुनका ज्ञानभी नहीं है, और जो भले प्रकार चोलनाभी नहीं जानते हैं, केवल अपने या गर्भावधानके समयसे पूर्व माता-पिताके आहारादिकी उत्तेजनाके कारण जननेन्द्रियमें दाहसे रक्तके उत्तेजित होनेपर खुजली प्रतीत होनेसे उसे खुजाते हैं, और खुजानेके हेतु पहिलेसेभी अधिक उत्तेजना होनेसे वह हस्त मैथुनके अभ्यस्त हो जाते हैं । अतः हम अपने बालकोंको एकान्तमें रखने और मैथुनसे पृथक् रहनेकी शिक्षा देकरभी उन्हें तबतक मैथुनसे सुरक्षित नहीं रख सकते जबतक उनके खान-पान और रहन-सहन प्राकृतिक अर्थात् समयसे पूर्व उत्तेजना देनेवाले न हो । बालकोंको गरिष्ठ और उत्तेजक पदार्थ सेवन कराकर उनके मैथुनसे वञ्चित रहनेकी आशा करना ऐसाही है, जैसे किसी दूधसे भरे हुए पात्रके नीचे धीमी, धीमी अग्निकी अपेक्षा अधिक अग्नि प्रज्वलित करते हुएभी उफान न आनेका अनुमान करना । इसके अतिरिक्त हमारे बालकोंकी काम शक्तिको प्रज्वलित करनेमें कुसङ्गति और अश्लील साहित्यभी उसी प्रकार सहायता देता है, जिस प्रकार अग्निको प्रचण्ड करनेमें पवन सहायक होती है । अतः यदि हम अपने बालकोंको समयसे पूर्व मैथुनकी आखेट होना नहीं चाहते, तो उनका आहार-विहार प्राकृतिक रखनेके साथ उनकी कुसङ्गति और अश्लील साहित्यसेभी रक्षा करनी चाहिये ।

मनुष्यने अपनी विकसित बुद्धिके बलसे जहाँ विज्ञानके शिखरपर पहुंचकर अनेकानेक अपूर्व यन्त्रोंका आविष्कार किया है वहाँ अनेक प्रकारके मैथुनभी प्रचलित किये हैं । इसीसे आज दिन हस्त मैथुन, गुदा मैथुन और मुख मैथुनादिके नामभी सुननेमें आते हैं । इसके अतिरिक्त हमारे मनुष्य देवताने जहां अपनी चतु-रतासे अखाद्य पदार्थोंकोभी खाद्यमें सम्मिलित किया है, वहां अन्य जातिके दीन, असहाय और मृक जीवोंसेभी बलात् मैथुन करनेके दुष्कृत्य किये हैं । हा ! धिक्कार है इस मनुष्य जीवनपर, जो समयसे पूर्व मैथुन करनेके अतिरिक्त निर्लेज होकर



अन्य निर्दोष जीवोंसे मैथुन करके अपने और उनके शरीरपर अपकार करता है !

इसमें कोई सन्देह नहीं कि कुसङ्गति या आहार-विहारादिकी अनुचित उत्तेजनाके कारण समयसे पूर्व अर्थात् तरुणावस्थाको प्राप्त होनेसे पहिले मैथुन करनेसे हमारा वीर्य उसी प्रकार सन्तान उत्पन्न नहीं कर सकता जिस प्रकार कच्चे आमके बीजसे अङ्कुर नहीं फूटता, और यदि उससे सन्तान होतीभी है तो वैसेही निर्वल होती है, जैसे अर्ध-पक्व आमके बीजसे उपजा हुआ वृक्ष बलहीन रहता है; और ठीक उसी प्रकार हमारा शीघ्र अन्त हो जाता है, जिस प्रकार आमके वृक्षपर शल्य क्रिया द्वारा अन्य आमके वृक्षकी शाखाएं ( कृत्स्न ) लगा देनेसे उसके समयसे पूर्व फलनेके कारण वह सदा निर्वल रहता है, और उसका शीघ्र इति हो जाता है । परन्तु युवावस्थाको प्राप्त होनेपर जब प्राकृतिक रूपसे कामकी प्रबल इच्छा प्रगट होने लगे तो उसको बलात् रोकनेसे हमारी अनेक नाड़ियां निर्वल हो जाती हैं, और हमारी मैथुन शक्ति उसी प्रकार शिथिल हो जाती है, जिस प्रकार हाथसे काम न लेनेपर वह निष्कर्म हो जाता है । इसके अतिरिक्त प्रथम तो काम शक्तियोंको अपने आधीन करनेके निमित्त उनपर विजय प्राप्त करनाही ऐसा है जैसे जल और भोजन सेवस करनेपर कोई शौचादिकी क्रियाएं न करनेका प्रयत्न करे । इसीसे यदि मनुष्य जागरित अवस्थामें मैथुनसे बचाव करभी ले तो स्वप्रावस्थामें किसी प्रकार नहीं कर सकता । द्वितीय यदि कोई इस अनुमानसे कि मैथुन द्वारा वीर्य पात होने एवं शरीरको परिश्रम करनेसे उसकी शक्तिया व्यय होती हैं, प्रकृतिकी आज्ञापरभी मैथुन न करे तो शक्तिके शिथिल होनेके अतिरिक्त सीमासे अधिक वीर्य हमारे शरीरमें किसी प्रकार एकत्र नहीं हो सकता । क्योंकि जिस प्रकार हमारे शिरके केश अपनी पूर्ण वृद्धिको प्राप्त होकर बढ़ना बन्द हो जाते हैं उसी प्रकार वीर्य कोपके भर जानेपर वीर्यका बननाभी बन्द हो जाता है, जिससे मनुष्यकी सन्तान वृद्धिकी क्षति होती है ।

अविकाश मनुष्योंका यह अनुमान है—सात्विक पदार्थोंके सेवनसे मनुष्य लगभग नपुंसक हो जाता है । परन्तु उनका उक्त अनुमान विज्ञान विपरीत है; क्योंकि सूखा भुस या तृण खानेवाले पशुभी सन्तानोत्पातिके हेतु अवश्य मैथुन करते हैं । हा, प्राकृतिक आहार-विहारादिका हमारी कामशक्तियोंपर यह प्रभाव अवश्य होता है कि हम मनुष्यत्वके भीतर रहते हैं और उत्तेजक पदार्थोंके सेवन

करनेवालोंके सदृश रात-दिन असुर वृत्तिसे काम नहीं लेते । इसके अतिरिक्त उनका यह अनुमान करना—सूक्ष्म पदार्थ सेवन करनेवाले मनुष्य स्थूल पदार्थोंके भक्षण करनेवालोंकी अपेक्षा स्त्रियोंको सन्तुष्ट करनेमें असमर्थ होते हैं—भी निर्मूल है । क्योंकि जङ्गली सांड ( विजार ), जिनको केवल घास आदिही चरनेको मिलती है हमारे काममें आनेवाले उन बैलोंकी अपेक्षा जो पान्च पांच सेर दाना खाते हैं वृद्धावस्थातक मैथुन करने एवं शारीरिक बलमें कहीं अधिक होते हैं । कारण यह कि हमारे बैलोंको निर्वल करने वाले सूखे और स्थूल पदार्थोंके सेवन करनेकाही यह परिणाम नहीं है कि वह वृद्धावस्थासे पूर्व शिथिल हो जाते हैं, वरन् उनकी स्वतन्त्रता बाधा डालकर उनसे अनुचित परिश्रम लेनेपरभी वह शक्तिहीन हो जाते हैं । इसीसे हमारी स्त्रियोंके घरमें निश्चिन्त रहनेके कारण और हमारे जीवनार्थ धनोपार्जन करनेके हेतु चिन्ताग्रस्त और परिश्रमसे पीडित रहनेके निमित्त हमारी अपेक्षा स्त्रियोंकी काम शक्ति इतनी वृद्धि कर जाता है कि हम विना उत्तेजक पदार्थोंका सेवन किये उन्हें सन्तुष्ट करनेमें असमर्थ होते हैं । परन्तु उत्तेजक पदार्थों द्वारा काम शक्तिको अनुचित रीतिसे दीपन करनेका वही परिणाम है जो चार कोस चलनेकी शक्ति वाले मनुष्यको मदिराके मदसे उत्तेजित करके आठ कोस चलाया जाय । इसीसे जिस प्रकार नित्य चार कोस चलनेकी शक्तिवाला मनुष्य मदिराकी उत्तेजनासे आठ कोस चलनेपर रक्त और शक्तियोंका अनुचित व्यय हो जानेसे शरीरके शिथिल होनेके कारण दूसरे दिन दो कोस चलनेकोभी असमर्थ होता है, उसी प्रकार उत्तेजक पदार्थोंसे काम शक्तिको उत्तेजित करनेके कारण शक्तियोंका अनुचित व्यय करनेसे हम समयसे पूर्व मैथुन करने योग्य नहीं रहते; और यही कारण है कि बहुत शीघ्र हमारे सन्तान होना बन्द होजाती है, जबकि सृष्टिके अन्य जीव मृत्युके निकटतक बच्चे देते रहते हैं । हमारी मैथुन शक्तिया मृत्यु समयतक स्थिर रहें, इसका केवल एक यही उपाय है कि हम अपने जीवनको सुलभ और सामाजिक आडम्बरोसे शून्य बनाये, जिससे चिन्ताकी विकाल चेष्टा एवं घोर परिश्रम का सन्मुख करके हमारी शक्तियोंका हनन न हो, और प्राकृतिक आहार-विहारादि पर जीवन निर्वाह करें !

अपरञ्च हमारी काम शक्तियोंके प्राकृतिक रूपसे पक्कावस्थाके पहुंचनेपर, उत्तेजक पदार्थों द्वारा कुसमय उत्तेजित होनेवाली काम शक्तियोंके अतिरिक्त हमको धीरे

धीरे मैथुन करनेसे वैसाही सुख और आनन्द प्राप्त होता है, जैसा मन्द, मन्द सुहावनी पवनमें शनैः, शनैः हरे-भरे क्षेत्रोंमें विचरनेसे प्रफुल्लता होती है । किन्तु जब हम काम शक्तियोंको कृत्रिम साधनों या आहारादिसे उत्तेजना देकर तीव्र गतिसे मैथुन करते हैं, तो उसका परिणाम उसी प्रकार दुःख और कष्ट एवं शक्तियोंका कुव्यय है, जिस प्रकार सामर्थ्यसे अधिक दौड़ने या परिश्रम करनेपर शरीर थकित हो जाता है । इसमें कोई सन्देह नहीं कि प्रकृति द्वारा कामकी उत्तेजित शक्तियोंसेभी मैथुन करने पर हमारे जीवनकी शक्तियाँ और रासायनिक पदार्थ दिनोदिन न्यून होते जाते हैं और जीवन हीन या स्थूल पदार्थोंकी मात्राके परिमाणमें वृद्धि होती जाती है । परन्तु हम अपने इस अनिवार्य क्रमशः पतनको वैसेही नहीं रोक सकते जैसे सूक्ष्माति सूक्ष्म भोजनोंके दोषोंसे किसी प्रकार नहीं बच सकते । इसीसे भोजनके पाचनार्थ हमारी शक्तियोंका कुछ न कुछ पतन होताही है । अतः प्राकृतिक खान-पान और रहन-सहन करते हुए प्रकृति द्वारा कामकी इच्छा होनेपर सन्तान वृद्धिके हेतु अवश्य मैथुन करना चाहिये । परन्तु उत्तेजक पदार्थोंका संवन करके काम शक्तिको उत्तेजित कर मैथुन द्वारा अपने शरीर या सन्तानपर अपकार करना प्रकृतिके धर्मके विपरीत है ।

प्रायः मनुष्य बाजीकर्ण और वीर्य एवं बलवर्धक औषधियोंकी खोजमें रहते हैं । परन्तु यह केवल एक भ्रम मात्र है । कोईभी बाजीकर्ण औषधि जिससे हम काम शक्तियोंमें वृद्धि या अधिक कालतक मैथुन करनेमें स्थिर रहनेकी आशा करते हैं या जिनसे अधिक वीर्यकी उत्पत्ति तथा बलवृद्धिकी लालसा है, अपनी उत्तेजना द्वारा समयसे पूर्व हमारी शक्तियोंका व्यय करके उसी प्रकार हमारे वीर्य कोषको शून्य करदेती हैं, जिस प्रकार किसी बड़े पात्रमें दूधकी अल्प मात्रा होते हुएभी अग्निके तीक्ष्ण प्रभावसे दूधके उफान आनेपर सारा पात्र दूधसे भरा हुआ प्रतीत होता है, प्रत्युत दूध पात्रसेभी बाहर प्रवाहित हो जाता है । वीर्य और शक्तियोंकी वृद्धि केवल उसी प्राकृतिक आहारसे हो सकती है, जिसके द्वारा हमारे शरीरके रसोंकी उत्पत्ति होती है । निदान् मैथुनके विषयमें हमको वही प्राकृतिक आहार-विहारादि रक्खना चाहिये जिससे हम मनुष्य बने रहें, हमको समयसे पूर्व कामका ज्ञान न हो और हम अपनी शक्तियोंसेभी हाथ न धो बैठें, अन्यथा दिनो दिन हमारी जाति-का पतन होनेमें कोई सन्देह नहीं है । क्योंकि समयसे पूर्व और प्रकृतिकी आज्ञासे

अधिक मैथुन करनेका परिणाम बढ़ाही भयङ्कर है । इसीसे वह मनुष्य जो उत्तेजक पदार्थोंकी कृपासे एक, एक दिनमें छ., छ. वार मैथुन करना आरम्भ करते हैं शीघ्रही नपुंसक गतिको प्राप्त हो कर अनेक व्याधियोंसे पीडित हो जाते हैं ।

## गर्भस्थितिका समय

**ग**र्भाधान कुसमय होनेसेही आज दिन प्रायः कुहूप, मूर्ख, निर्वल और रोगी सन्तान उत्पन्न होती है । अतएव वह मनुष्य जो सुन्दर, स्वस्थ, चैतन्य, बलवान और होनहार सन्तानके अधिकारी होना चाहते हैं निम्न बातोंपर ध्यान दें—

मनुष्य मात्र जो ससारमें जन्म लेता है, माताके डिम्ब कीटमें पिताके शुक्र-कीट पहुंचनेपर उसके गात्रकी रचनाका विकास होता है । निदान् जैसी माता-पिताके डिम्ब और शुक्रकीटकी अवस्था होती है उसीके अनुसार गर्भमें बालकके शरीरका सङ्गठन और रचना होती है, और डिम्ब एवं शुक्रकीटकी अवस्था माता-पिताके स्वास्थ्यपर अवलम्बित है । अतः ऐसे समय जब कि हमारा शरीर शोक, भय, क्रोध एवं थकन या रोगादिसे पीडित हो तथा हम युवावस्थाकी परिपक्व दशाको प्राप्त न हुए हों तो गर्भाधानके विचारसे मैथुन करना सर्वथा निषेध है । कारण यह कि उक्त हेतुओंसे डिम्ब और शुक्रकीट दोषयुक्त होनेके कारण ऐसी दशामें गर्भस्थिति करनेसे हमारी मूर्खताका परिणाम निर्दोष सन्तानको भोगना पड़ता है ।

स्वस्थ माता-पिताको नीरोग सन्तान उत्पन्न करनेकी अभिलाषासे अपने प्राकृतिक रहन-सहन और खान-पानसे तरुणावस्थाको प्राप्त होनेपर प्रकृतिकी आज्ञाके अनुसार जब काम शक्तियोंका पूर्ण विकास होनेसे उनका पूर्णतः ज्ञान हो सूर्योदय के निकटवर्ती समयके अतिरिक्त अन्य किसी कालमें मैथुन करना वर्जित है । क्योंकि प्रातःकाही एक ऐसा समय है, जबकि रात्रि पर्यन्त विश्राम द्वारा थकित शरीर पुनः चैतन्य हो जाता है, जिससे प्रायः अर्ध नपुंसक मनुष्योंकी जननोन्ध्रियोंमेंभी उत्तेजना हो जानेसे उनमें कठोरता और तरुणता आजाती है, और इसीसे डिम्ब और शुक्र कीटभी चैतन्य हो जाते हैं । फलतः उस समय गर्भाधान करनेसे सन्तानभी अति चैतन्य होती है । परन्तु ज्यों, ज्यों दिनका विकास होता है त्यों, त्यों हमारा शरीर थकित होता जाता है, और उसी क्रमसे शरीरकी थकन द्वारा

डिम्ब और शुक्रकीटके अचैतन्य होनेपर उनसे उत्पादित सन्तान निर्वल और अचैतन्य होती है । किन्तु जिस प्रकार शीतल देशों या ऋतुओंमें शीतलताके कारण दिनके अन्य भागोंमेंभी शरीर ऊष्ण देशों या ऋतुओंकी अपेक्षा अधिक थकित नहीं होता है, उसी प्रकार शीतल ऋतु या देशमें रात्रिके अतिरिक्त दिनके अन्य भागोंमेंभी ऊष्ण देश या ऋतुकी अपेक्षा मैथुन करना कहीं उत्तम है । फिरभी यथा शक्ति भोरके समय मन्द, मन्द प्रफुल्ल और नवजीवित करने वाली समीरमेंही मैथुन करना सर्वोत्तम है ।

रात्रिमें मैथुन करना सबसेही निकृष्ट है । क्योंकि शरीरके इच्छित और अनिच्छित अवयवोंके दिन भर कार्य ग्रस्त रहनेसे उसके थकित हो जानेके कारण प्रत्येक व्याक्ति विश्राम द्वारा पुनः नवजीवन प्राप्त करनेके हेतु विकल होकर निद्रा देवीकी शरणार्थ रात्रिकी प्रतीक्षा करता है । अतः रात्रिमें शरीरके थकित होकर अचैतन्य हो जानेसे उसका डिम्ब और शुक्र कीटपरभी वैसाही आलस्यपूर्ण प्रभाव होनेके निमित्त उस समयके मैथुन द्वारा उत्पादित सन्तान आलस्यसे परिपूर्ण होती है ।

वह पक्षी जो हमारी प्रकृतिके अनुसार सूर्यास्तके समय अपने दम्पति सहित एकही घोंसलेमें शयन करने चले जाते हैं, रात्रिमें भार्याके निकट होते हुएभी मैथुन नहीं करते । किन्तु सूर्यका उदय होतेही, यदि प्रकृति गर्भाधान करनेकी आज्ञा देती है, मैथुन करनेमें प्रवर्त्त हो जाते हैं या अधिकाधिक भानु प्रकाशके भीतरही भीतर किसी समय मैथुन करते हैं । परन्तु हमारे मनुष्य देवता जो स्त्रियोंको मैथुन करनेका यंत्र समझे हुए हैं न दिन देखते हैं न रात !

सनातन चिकित्सकोंकाभी मत है कि मैथुन करनेके समय मनुष्यको प्रफुल्ल वदन होना चाहिये । परन्तु कुसमय मैथुन करनेपर कृत्रिम रीतियों अर्थात् तीक्ष्ण गन्धित तैल या इत्र आदि एवं आभूषणों द्वारा मनुष्यको कभीभी कृत्रिम उत्तेजनाके अतिरिक्त प्रातःकाल सरीखी प्राकृतिक चैतन्यता प्राप्त नहीं हो सकती । इसीसे एक विद्यार्थी जो रात्रिके विश्रामसे पुनः चैतन्यता लब्ध कर चुका है प्रातःके समय रात्रिकी अपेक्षा अधिक पाठाध्ययन कर सकता है । क्योंकि शरीरके थकित होनेसे रात्रिमें वारम्बार नेत्रोंपर शीतल जल डालने या अन्य कृत्रिम साधनोंसेभी नैसर्गिक चैतन्यता नहीं आती । अतः उनके मतसेभी प्रातःकालका किया हुआ गर्भाधानही सर्वोत्तम सिद्ध होता है ।

इसके अतिरिक्त प्रायः सभी विद्वानोंका यह मत है कि गर्भकी स्थिति करनेके समय नीरोग और आलस्य रहित दम्पति होना चाहिये । इसीसे अनेक चिकित्सकोंने मैथुन करनेका समय अर्ध रात्रिके उपरान्त और सूर्योदयसे पूर्व कहा है । परन्तु हमारे मतानुकूल उन्होंने इस समयके निश्चय करनेमें बड़ी भूल की है । क्यों कि यद्यपि अर्ध रात्रितक विश्राम करनेसे बहुत कुछ शरीरमें चैतन्यता आ जाती है तथापि उस समयतक गात्रके पूर्ण चैतन्य न होनेके कारण शुक और डिम्बकीट चैतन्यतामें अपूर्ण रहते हैं, और प्रकृति द्वारा निद्राके अङ्कुशसे हमको अन्य कार्य करनेकी अपेक्षा प्रातः कालतक विश्राम करके पूर्ण चैतन्यता लब्ध करनेके हेतु चेतावनी दी जाती है । इसीसे जो विद्यार्थी सूर्योदयके समय केवल एक घण्टेही पाठ करता है उसकी अपेक्षा प्रकृतिकी आज्ञाके विपरीत अर्ध रात्रितक शयन करके उसके उपरान्त पाठाध्ययन करनेवालेको दो घण्टे पर्यन्त परिश्रम करनेपरभी कम स्मरण रहता है, प्रत्युत प्रायः तो सर्वथाही विस्मरण हो जाता है । अपरञ्च रात्रिके समय विना कृत्रिम प्रकाशके, जो कि हमारी प्रकृतिके विपरीत है, स्त्री, पुरुषोंमेंसे किसीकोभी आनन्दमें वृद्धि करनेके निमित्त एक दूसरेके दर्शन नहीं होते । इसके उपरान्त मनुष्य मात्रकी प्रकृत्यानुसार रात्रि विश्रामके हेतु और दिन कार्य करनेके लिए है । अतएव रात्रिमें किसी प्रकारका परिश्रम करना अपने स्वास्थ्यपर स्वयं अपकार करना है, और मैथुनभी एक प्रकारका परिश्रमही है । इसीसे यदि मैथुन करनेका उद्देश्य गर्भाधान करनेका नभी हो तोभी उसका रात्रिमें करना निषेध है ।

भोजनके उपरान्त मैथुन करना वैसेही निषेध है जैसे अन्य परिश्रम करना । क्योंकि उस समय मैथुन करनेसे श्वास गति तीव्र होने और रसोका प्रवाह आमाशयके स्थानमें जननेन्द्रियकी ओर होनेके कारण आमाशयको भोजनके पाचनार्थ अपना कर्तव्य पालन करनेमें बाधा होती है । इसके अतिरिक्त अप्राकृतिक और गरिष्ठ भोजनोके सेवनके उपरान्त तो भूलकरभी मैथुन न करना चाहिये । क्योंकि ऐसे पदार्थोंके सेवनसे हमारे शरीरके आलस्य प्रसूत हो जानेपर डिम्ब और शुक कीटके अचैतन्य हो जानेके कारण उस समय मैथुन करनेसे आमाशयादिके कष्टके अतिरिक्त हमारी सन्तान उसी प्रकार आलस्यमय होती है, जिस प्रकार रात्रिके मैथुन द्वारा आलस्य पूर्ण बालकका जन्म होता है ।

शोकका स्थान है—मनुष्य सर्व शासक होता हुआभी कामके ऐसा आधीन है कि वह उसके आगे जाति वृद्धिके हेतुको सर्वथा भूल गया है ! वह न गर्भवतीको देखता है न रजस्वलाको ! वह ऐसी पाप युक्त चेष्टाएं करनेका प्रयत्न करता है, कि उसकी स्त्री गर्भ धारणही न करे ! वह निरन्तर यही उपाय करता रहता है, कि आजन्म प्रकृतिके प्रतिकूल चलते हुएभी, अनावश्यक रीतिसे उत्तेजित करने-वाली बाजीकर्ण औषधियों द्वारा तरुणही बना रहे । किन्तु ऐसे अपवित्र विचार सदा उसके पतनके संकेत हैं ।

गर्भवतीसे मैथुन करना मनुष्य नामपर कलङ्क लगाना है । क्योंकि सृष्टिका कोई जीव अपनी गर्भवती भार्यासे कभीभी मैथुन नहीं करता । कारण यह कि उस समय गर्भिणीको प्राकृतिक रूपसेही मैथुनकी इच्छा नहीं होती । सारांश यह—मनुष्यके अतिरिक्त सभी जीव प्रकृतिकी आज्ञानुसार केवल जाति वृद्धिके हेतु मैथुन करते हैं; किन्तु मतिमान् मानव जातिका प्रचलित उद्देश्य फूल-झड़कीके समान अपनी काम और जीवन शक्तियोंका समयसे पूर्व व्यय करनेके हेतु यौवनकी मिथ्या बहार देखना है ।

रजस्वला स्त्रीसे मैथुन करनाभी नेत्रोंपर पथर रख लेना है । कारण यह कि उस समय रक्त प्रवाहके हेतु मैथुन करनेसे गर्भस्थिति होनेकी अपेक्षा वीर्य निरर्थकही जाता है । इसके अतिरिक्त स्त्री और पुरुषको अनेक व्याधि उत्पन्न हो जाती हैं; और फिर उन्हीं रोगोंके बीज कण आगे होनेवाली सन्तानको पीड़ित करते रहते हैं ।

कृत्रिम रीतिसे गर्भस्थितिको रोकनेसेभी सन्तानके नाशके अतिरिक्त दम्पतिके दोनों पक्षोंको हानि पहुंचती है । और बाजीकर्ण औषधियोंके विषयमें हम पहिलेही कथन कर चुके हैं ।

सबसे बड़ा सिद्धान्त यही है—जिस समय हमारा दम्पति प्राकृतिक रूपसे सर्व प्रकार चैतन्य, जोकि सूर्योदयके समय मन्द, मन्द सुहावनी शीतल समीरमेंही सम्भव है, और चिन्ता रहित होकर, कामकी इच्छा रखते हुए, प्रसन्नबदन हो सुख और शान्तिके साथ गर्भाधान करे । कारण यह कि माता-पिताका भरोसा केवल चैतन्य, चतुर, नीरोग और प्रेमी बालकोहीपर होता है । जो माता-पिता अप्राकृतिक साधनों द्वारा कामसे उन्मत्त होकर मैथुन करते हैं, कभीभी उस मैथुन द्वारा उत्पादित सन्तानसे माता-पिता कहे जाने और सुख पानेके अधिकारी नहीं हैं । क्योंकि उनका उद्देश्य गर्भाधानकी अपेक्षा केवल अपनेको सन्तुष्ट करनेकाही है ।

जल चिकित्साके बड़े विद्वान डाक्टर कोहनीनेभी मैथुन करनेका सर्वोत्तम समय प्रातःकालकाही निश्चय किया है । परन्तु खेद है उनके मतके अनुयायी बहुत कम हैं । इसीसे हमकोभी आशा नहीं होती कि मानव जाति, जिसका पतन प्रकृति स्वयं उसकी बुद्धि द्वाराही करना चाहती है, शीघ्र हमारे उपदेशोको ग्रहण करेगी । फिरभी हमारा धर्म है—जो सुयोग्य सन्तानके अधिकारी होनेकी इच्छा रखते हैं—उनको विचलित मार्गसे उचित मार्गपर लानेका उपदेश दें । क्योंकि हमारी आविष्कृत चिकित्सामे कोई ऐसा उपाय नहीं है, जिसके द्वारा प्रकृतिके विमुख आजकलके डेढ़ छैल नवयुवक युवतियोंमे विहार कर सकें, या धातुओंके क्षीण हो जानेपर वृद्ध जन युवकोंके सदृश क्रीडाकरके अपनी मृत्युके दिन औरभी निकट ले आवे ! हा इतना अवश्य है कि यदि हमारी मैथुन शक्तिया समूल नष्ट नहीं हुई है तो एकवार फिर हमारी चिकित्सासे स्वस्थ होनेपर उपरोक्त समय मैथुन किया जाय तो निस्सन्देह सुयोग्य सन्तान प्राप्त हो सकती है ।

## मैथुन योग्य दम्पतिके लक्षण

**ह**मारी सन्तानके कुरूप, वेडौल, ठिगने, मन्दमति, रोगी और निर्बल होनेके अन्य दोषोंके अतिरिक्त एक यहभी कारण है कि मैथुन करनेवाले स्त्री, पुरुषका सुयोग्य दम्पति नहीं मिलता । अतएव हम मैथुन योग्य और अयोग्य दम्पतिके लक्षण कथन करते हैं ।

प्रकृति माताने मनुष्यकी जिस जातिमें हमको जन्म दिया है उसीके अनुकूल हमारी आकृतिकी रचना और हमारा अपने नियमोंसे बन्धन किया है । इसीसे आर्य जातिमें मंगोलियन और नीग्रो आदिकी आकृतिसे वैसाही अन्तर है जैसा काश्मीरी या देशी नाशपातीमें भेद होता है या जैसा इङ्गलिश और भारतीय साड ( बैल ) में अन्तर पाया जाता है । अतएव मनुष्यकी प्रत्येक जातिको उचित है, सन्तानोत्पत्तिके ध्येयसे अनावश्यक काम दृष्टिको त्यागकर निम्न लिखित प्राकृतिक नियमोपर ध्यान दे.—

भिन्न, भिन्न जातिके स्त्री-पुरुषोका मैथुन प्रकृतिसेही वर्जित है । क्योंकि अपनी जातिके अतिरिक्त अन्य जातिके स्त्री, पुरुषोंकी आकृतिमें विभिन्नता होनेसे हमारी उनकी



प्रकृति नहीं मिलती। इसीसे आर्य जातिके स्त्री, पुरुषोंको नीग्रो जातिके स्त्री, पुरुष, जिनके मोटे ओष्ठ, शिरके बहुतही छोटे लोम, कृष्णवर्ण और कठोर त्वचा है, से कभीभी प्राकृतिक प्रेम नहीं हो सकता। इसके अतिरिक्त अन्य जातिके स्त्री, पुरुषोंसे मैथुन करनेपर जो सन्तान होती है, वह ठीक खिचरके समान मध्यम श्रेणीमेंही रहजाती है। क्योंकि यद्यपि खिचर गर्दभसे उच्चावस्थाका होता है तथापि अश्वकी अपेक्षा च्युत ही रहता है। अर्थात् न वह गधाही होता है और न घोड़ाही। इसीसे आर्य और नीग्रो जातिके मैथुन द्वारा जो बालक उत्पन्न होते हैं वह आर्य या नीग्रो होनेकी अपेक्षा बीचमेंही लटकते रहते हैं; जिससे नीग्रो जातिको अपनी अपेक्षा सुन्दर सन्तान उत्पन्न करनेमें वैसेही लाभ होता है जैसे गधेको खिचर उत्पन्न करनेसे अपनी अपेक्षा उच्च कोटिकी सन्तान प्राप्त होती है, किन्तु आर्य जातिको अपनी अपेक्षा कुरूप सन्तानको जन्म देनेसे उसी प्रकार क्षति होती है, जिस प्रकार खिचरके होनेसे घोड़ेको अपनी अपेक्षा च्युत श्रेणीकी सन्तानोत्पत्तिसे होती है। अर्थात् उच्च जातिके च्युत जातिसे मैथुन करनेपर जो मध्यम श्रेणीकी वर्णशंकर सन्तान होती है, उससे सदा उच्च जातिका पतन और च्युत जातिका विकास होता है। परन्तु इसपरभी जिस प्रकार खिचरको गधे या घोड़ेकी कोईभी जाति प्रेम नहीं करती उसी प्रकार आर्य और नीग्रो जातिके मिश्रणसे उत्पादित वर्णशङ्कर जातिको उक्त दोनों जातियोंमेंसे कोईभी प्रेम नहीं करता। क्योंकि जहां विभिन्नता है वहां प्रेमके दर्शन दुर्लभही नहीं वरन् असम्भव हैं। इसीसे एक जातिके जीव दूसरीसे नहीं मिलते; प्रत्युत यद्वांतक अनुभवमें आया है कि एक जातिके जङ्गली हाथी अन्य जातिके जङ्गली या पालतू हाथियोंके परस्पर मिलनेपर उनमें ऐसा घोर संग्राम होता है कि अनेकका प्राणान्त हो जाता है। अतः यदि हमको अपनी आगामी सन्तानको कुरूप नहीं करना है तो अपनीही जातिके स्त्री, पुरुषोंसे मैथुन करना चाहिये।

हमारीही जातिके मनुष्योंके अन्य देशोंमें जा बसनेपर उनसे मैथुन करनेके निमित्त प्रकृति अधिक आज्ञा नहीं देती। क्योंकि मनुष्यकी प्रत्येक जातिको प्रकृतिने उसकी प्रकृतिके अनुकूल देशोंमें जन्म दिया है, किन्तु देश परिवर्तनसे स्थानावस्थानुसार हमारी वास्तविक प्रकृतिमें वैसेही अन्तर हो जाता है, जैसे लखनऊके खर्वूजेकी दिल्लीमें कृषि करनेसे भेद हो जाता है। इसीसे एशियाके मध्यमे बसनेवाली आर्य जातिका इङ्ग्लैण्ड, फ्रान्स, जर्मनी, पर्शिया, और भारतमें आगमन हो जानेसे प्रत्येक

देशके मनुष्योंकी प्रकृतिमें अन्तर प्रतीत होता है । अतः एकही जातिके भिन्न प्रकृतिके मनुष्योंका मैथुन करके मध्यम श्रेणीकी सन्तानका उत्पन्न करना उचित नहीं है किन्तु अन्य जातिके मिश्रणकी अपेक्षा इससे दोनों पक्षोंको बहुतही कम हानि है ।

हमारे देशमें इस समय शुद्ध जातियोंका मिलना बहुतही कठिन है । क्योंकि जब आर्य जातिका भारतमें आगमन हुआ था तो भारत निवासी असभ्य जातियोंसे उनका घोर सग्राम हुआ, किन्तु धीरे, धीरे आर्य और अनार्य जातियोंका मिश्रण हो गया, जिससे वर्णशङ्कर जातियोंकी उत्पत्ति होकर हमारी वास्तविक जातियोंमें अन्तर होजानेसे अशुद्धता उत्पन्न हो गयी । अतः अब हमारी जाति केवल नाम मात्रकोही आर्य है, अन्यथा ऐसे बहुतही कम कुटुम्ब हैं जो अन्य जातियोंसे मिश्रित न होनेके कारण शुद्ध आर्य जातिकी सन्तान कहे जा सकते हैं । इसीसे अनेक जातियोंके मिश्रण द्वारा हमारी जातिमें बहु आकृतिके मनुष्य पाये जाते हैं । किन्तु अफगानिस्तान या चीनमें जहा शुद्ध आर्य या मंगोलियन जाति निवास करती हैं कुछ वर्णशङ्करोके अतिरिक्त प्राय सभी मनुष्य एक सरीखी आकृतिके होते हैं । अतः हमको इस पंचमेल खिचड़ीमें सुयोग्य दम्पति मिलना बहुतही कठिन है । किन्तु यथा शक्ति रगरूप, डील-डौल एवं अनुकूल प्रकृति और आकृतिके दम्पतिका मैथुनही उचित हो सकता है ।

हमारीही जातिके मनुष्योंमें यदि एक समुदायका अन्य समुदायके मनुष्योंसे खान-पान या रहन-सहन-आदिमें किसी प्रकार अन्तर आगया हो जिससे परस्पर घृणा होती है तो ऐसे समुदायोंके स्त्री, पुरुषोंका परस्पर मैथुन करना अपने शरीर-पर अपकार और सन्तानको दोष युक्त उत्पन्न करना है । क्योंकि जिस प्रकार लखनऊके एकही खर्वूजेकी कृषि एक क्षेत्रमें साधारण गोबर या वनस्पतिके खाद्यसे और दूसरेमें तीक्ष्ण विष्टेके खाद्यसे की जावे तो पहिलेकी अपेक्षा दूसरा अधिक दूषित होगा । इसीसे आर्य जातिके शाकाहारी समुदायका अपनीही जातिके मांसाहारी समुदायके स्त्री, पुरुषोंसे मैथुन करके दूषित सन्तानका उत्पन्न करना उत्तम नहीं है ।

गर्भस्थिति करनेवाले दम्पतिके दोनों पक्षोंमेंसे यदि कोईभी रोगी या किसी प्रकार निम्न प्रकृतिका हो तो मैथुन न करे । क्योंकि सन्तान जो माता, पिताका प्रति-

बिम्ब होता है ऐसी दशामें गर्भसेही रोगोंको संसारमें लिये आती है; और विशेषतः जननेन्द्रिय सम्बन्धी क्रूर रोगोंमें तो भूलकरभी मैथुन न करना चाहिये । कारण यह कि प्रथम तो एक पक्ष द्वारा दूसरा पक्षभी रोग ग्रस्त हो जाता है, द्वितीय माता-पिताका कृत्य निर्दोष सन्तानको भोगना पड़ता है । अतः यदि कोई दम्पति कामवश-रूपावस्थामें मैथुन करभी बैठे तो उचित है कि तुरन्त गर्भवती हमारी प्राकृतिक-चिकित्साकी शरण ले, जिससे दोन बालक पैत्रिक रोगोंका प्रमाणपत्र लिये हुए न हो । परन्तु उचित तो यही है कि रोग ग्रस्त दम्पतिको परस्पर मैथुनही न करना चाहिये ।

हमारे दम्पतिके किसी पक्षको मैथुनकी इच्छा न हो तो गर्भस्थितिकी लालसा न करे । क्योंकि प्रकृतिके अवलम्बी पशु, पक्षी दम्पतिके किसी पक्षकी इच्छाके प्रित-कूल मैथुन नहीं करते ।

रजस्वला स्त्रीसे मैथुन करना सर्वथा वर्जित है । क्योंकि उस समय रक्तके प्रवाहसे दम्पति इस योग्य नहीं होता कि गर्भस्थिति हो सके । इसके अतिरिक्त दम्पतिके दोनों पक्षोंमें और उनके द्वारा आगामी सन्तानमें अनेक भयङ्कर रोगोंकी उत्पत्ति होती है ।

## गर्भरक्षा और शिशुजन्म

हम निरन्तर गत परिच्छेदोंमें यौवनकी मिथ्या बहार देखनेकी अपेक्षा रज्जाति वृद्धिके ध्येयकोही श्रेय देते रहे हैं । क्योंकि जीव मात्रही नहीं वरन् वनस्पति वर्गमेंभी जात्योन्नति करना प्राकृतिक धर्म है । परन्तु जबतक गर्भ रक्षार्थ प्राकृतिक नियमोंका पालन न किया जायगा तबतक किसी प्रकारभी अच्छे-अङ्कुर न फूटेंगे । इसके अतिरिक्त गर्भवतीभी वैसेही कष्ट सहन करती रहेंगी जैसे अबतक भोगती चली आयी हैं । अतएव गर्भकी रक्षा और शिशु जन्मके हेतु निम्न लिखित नियमोंका अवलम्बन करना चाहिये:-

कमसे कम उस प्रसूताको जो अपने जीवनका निर्वाह प्रकृतिके अनुकूल न रखती हो न्यूनातिन्यून गर्भ स्थितिकालके एक मास पूर्वसे बालकके जन्मके पाँच-छः मास उपरांततक प्राकृतिक आहार-विहारपर रहना चाहिये । कारण यह कि प्रसू-

ताके लिए मानव जातिकी प्रकृतिके अनुकूल पदार्थोंके अतिरिक्त अन्य कोईभी वस्तु सुपाच्य और सुखका हेतु नहीं हो सकती । प्रत्युत दिनो दिन कष्टोंकी वृद्धिका कारण होती रहती है । इसीसे गर्भवती वमन, विरेचन, शरीरमें दाह, पीड़ा और आलस्य आदि अनेक रोगोंसे दुःख पाती है, जिससे गर्भके बालकको विकसित होनेका सौभाग्य प्राप्त होना तो एक ओर रहा, प्रत्युत केवल माताके कुपथ्यसे उस अभागको प्रतिक्षण गर्भाशयसे पात होनेका भय रहता है; और यदि किसी प्रकार पूर्णावधितक गर्भाशयमें निवासभी हो गया तो संसारमें आते, आतेही उसका या माताका या दोनोंका प्राणान्त हो जाता है । किन्तु यदि सौभाग्य वश बालक और माता इस भयंकर आपत्तिसे बचभी गये तो प्रथमतो बालक जननेकी पीड़ाही सब दिनके सुखोका विस्मरण करा देती है, द्वितीय प्रायः बालक और स्वयं गर्भवतीको उसके खान-पान और रहन-सहनकी उपेक्षासे आजन्म निर्वल या अन्य कष्टोंसे दुःखी होना पड़ता है। जबकि प्रकृतिके अनुसार चलनेवाले छोटेसे बड़े पर्यन्त, मनुष्य या उसके पाले हुए जीवोंके अतिरिक्त कोईभी वन-जीव ऐसा नहीं है, जिसको बालक जननेमें मनुष्यके सदृश असह्य कष्ट होता हो, या जिसका शरीर बालकके जन्मसे कई, कई मास पर्यन्त रोगोका मन्दिर बना रहे, या जिसका गर्भ-समयसे पूर्व क्षीण हो जाता हो, या जो अङ्गहीन सन्तानको जन्म देता हो, या जो गर्भके समय अपने नित्यके कृत्य न करता हो, या जो बालक जननेके समय मृत्युका ग्रास हो जाता हो, या जो मृत बालकको जन्म देता हो । हा, इतना अवश्य है कि जिस प्रकार स्वस्थ मनुष्यको शौचादिकी इच्छा होती है, उसी प्रकार स्वस्थ गर्भवतीको पूर्ण काल समाप्त होनेपर बालक जननेकी साधारण उत्तेजनाका ज्ञान होता है । क्योंकि यह हम पहिलेही किसी स्थानपर कथन कर चुके हैं कि विना अनिवार्य उत्तेजनाके हमारी इच्छित या अनिच्छित इन्द्रियोंमेंसे कोईभी अपना कर्तव्य पालन नहीं करती । अतः उस प्रसूताको जो विना आपत्तियोंका सामना किये होनहार बालककी माता बननेकी इच्छा रखती है गर्भ रक्षार्थ गर्भवतीकी दशामें और बालकके भोजनार्थ स्तनोंमें यथेष्ट दूध बननेके हेतु नैसर्गिक, सुपाच्य, रस युक्त, सूक्ष्म उत्तेजना वाले फलोंका आहार करना चाहिये ।

गर्भवती या प्रसूताके निमित्त अनार, अङ्गूर, पोडा ( गन्ना ), काशमीरी नाश-

पाती, मीठा संगतरा, मालटा, मीठा नीबू, नारंगी ( मीठा ) लोकाट, लीची, लखनवी या कोमल खर्बूजे, शहतूत, काशमीरी आइ, खुर्माँना, शरीफे या अन्य कोमल और रसीले फल लेनाही उत्तम है । किन्तु आर्थिक दशाकी निर्बलताके कारण लौका ( कद्दू ), तोरी, चबेंडे, टिन्डे, गाजर या शलजम सरीखे रसीले शाक केवल वाष्प द्वारा उबले हुए देनेसेभी गर्भवतीको बहुत सुख रहता है । इसके अतिरिक्त गौऊका दूध या कद्दूकी खीर देनेसेभी अनेक आपत्तियोंसे सामना नहीं करना पड़ता । यदि रसीले फलोंके अतिरिक्त अन्य फलोंकी इच्छा हो तो बालकके जन्मसे दो मास पहिलेतक उनके सेवन करनेमें अधिक हानि नहीं है; परन्तु फिरभी यथा शक्ति गरिष्ठ और उत्तेजक फलों या शाकोंसे पृथक् रहना चाहिये । सातवें मासके उपरान्त रसहीन गरिष्ठ एवं उत्तेजक फल या शाकादिका सेवन करना माता और सन्तान दोनोंको विष है अपरञ्च रसीले पदार्थोंके न मिलनेकाही यह परिणाम होता है कि माताके स्तनोंमें दूधकी उत्पत्तिकी न्यूनतासे बालकोंकी कुसमय मृत्यु होती है । दूसरे मासमें अधिकांश स्त्रियोंको वमन होने लगती है या कोष्ठ-वद्ध प्रतीत होता है । अतः उस समयभी रसीले फल या शाकका आहारही उत्तम है । चौथे माससे स्त्रियोंके स्तनोंमें दूधकी उत्पत्ति आरम्भ हो जाती है । इसलिए उसी समयसे अन्य फलों या शाकादिकी अपेक्षा रसीले फलों और शाककी मात्रामें वृद्धिकर देना चाहिये । यथा शक्ति गर्भके पूर्ण समयतक सुपाच्य रसीले फलोंका सेवनही हितकर हो सकता है । इस बातपर भले प्रकार ध्यान रखना चाहिये कि गर्भवतीके सेवनार्थ खट्टे या किसी प्रकार अनावश्यक उत्तेजक और कष्ट देनेवाले फल न हों और दूध या शाकादिका अधिक रन्धन करके कुपाच्य न किया जाय । यदि गर्भवती रोगी या निर्बल हो, अवश्य उसके अनुकूल सुपाच्य आहार होना चाहिये ।

प्रकृतिके विपरीत कोईभी साधन किसी प्रकार गर्भवती और गर्भको हानिके अतिरिक्त सुखप्रद नहीं हो सकता । इसीसे हमारे कृत्रिम भोजन ( अन्नादि शुष्क और रन्धित एवं उत्तेजक तथा गरिष्ठ पदार्थ ), अनुचित क्रियाएं ( सामर्थ्यसे अधिक दौड़ना, कूदना, चलना या व्यायाम करना, पीसनी, कूटना, धुएं आदिमे रहना चूल्हा फूंकना इत्यादि, इत्यादि. ) मैथुन करना, रात्रिका जागना, भयङ्कर शब्द या और गर्जनाएं सुनना, कुसमय स्नान या भोजन करना, शौचादिकी इच्छा होते-हुएभी

निवृत्ति प्राप्त न करना, कसे हुए एवं प्रतिकूल वृत्तों और आभूषणोंका धारण करना, हर्षके स्थानमें शोक करना, अधिक तीव्र स्वरसे चिल्लाना, प्रत्येक समय आतङ्कमय स्वार्थी पुष्ट्योंकी दासत्वका भार सहन करना, घोर अपवित्र घरोंमें बन्दी गृहकी अपेक्षाभी अधिक स्वच्छ वायु, प्रकाश और स्वेच्छाचारितासे वञ्चित रहने इत्यादि, इत्यादिकाही यह परिणाम है, कि बड़े, बड़े चतुर, अनुभवी और दक्ष डाक्टरों एवं दाइयों आदिकी उपस्थितिमें भी गर्भवतीके प्राणोंके लाले पड़ते हैं; जब कि वन पशु, पक्षी बालकका जन्म होतेही तुरन्त दौड़ने, भागनेके कृत्य करने लगते हैं ।

गर्भवतीको यथेष्ट सुखमय तापके प्रकाश और स्वच्छ वायुके स्थानकी अत्यन्त आवश्यकता है । धुएं और सीलनसे दूषित घर किसी प्रकार प्रसूतापर बिना अपकार किये नहीं रह सकते । भारतवासियोंमें यह प्रथा बड़ीही शोचनीय है—वह बालक जननेके समय प्रसूताको ऐसे स्थानमें पहुंचा देते हैं जहां स्वच्छवायु और प्रकाशकी छायाभी नहीं पहुंच सकती । इसके अतिरिक्त प्रसूताकी काल कोठरीकी रहीं-सहीं वायुको औरभी दूषित करनेके लिए अग्नि प्रज्वलित करके या विषैले पदार्थोंकी धूनिया देकर सर्वथा श्वास घोटनेकी चेष्टाएं की जाती हैं । परन्तु खेद है वह यह नहीं जानते—विषैले पदार्थोंकी धूनियां तो एक ओर रहीं अग्निके मुखमें अमृतमय पदार्थोंका सेवन करानेसेभी उसकी प्रकृति विषैले धुएंके वमन करनेहीकी है । अतएव इस प्रकार किसीभी पदार्थकी धूनी देना और वायु एवं प्रकाशसे वञ्चित रखना स्वयं अपनी स्त्रियों और सन्तानका घातक बनना है ।

अजीर्ण, कोष्ठ-निबन्ध या अन्य कोई रोग प्रसूताको ग्रस रहा हो तो तुरन्त आहारमें परिवर्तन करके रसीले सूक्ष्म प्रकृतिके फलोंका सेवन, और उस रोगके अनुकूल चिकित्सा होना परमावश्यक है, अन्यथा आपत्तिका सामना होना निश्चय बात है ।

दुःख, क्लेश और क्रोधादिभी प्रसूता और गर्भका यथामात्रा नाश करनेके हेतु हैं । अतः जहां अन्य बातोंका ध्यान रखनेकी आवश्यकता है उक्त हेतुओंसेभी गर्भवतीको और उसके परिवारकोंको सचेत रहना चाहिये ।

दाइयो एवं पुरातन चिकित्सकों द्वारा अप्राकृतिक रीतिसे बालक जनानेमें अधिकांश स्त्रियोंके कुसमय प्राणान्त हो जाते हैं । कारण यह कि वहां प्रकृतिसे सहायता नहीं ली जाती, प्रत्युत बलात् बालक जनानेकी चेष्टा की जाती है । परन्तु हमारी

प्राकृतिक चिकित्सा द्वारा, जिसका विस्तृत कथन आगे मिलेगा, यह कार्य, बिना किसी आपत्तिके सुगमतापूर्वकही हो जाता है; और यदि गर्भस्थितिके समयसे इस चिकित्साकी शरण ली जाय, तो सम्भव नहीं, प्रसूताको अनिवार्य उत्तेजनाके अतिरिक्त अन्य किसी कष्टका ज्ञान हो; और यदि वह स्त्रियां जिनका गर्भपात हो जाता हो गर्भाधानके समयसे या आवश्यकतानुसार उससे कुछ मास पूर्व हमारी चिकित्साका पालन करें तो अवश्य बिना किसी जोखिमके सुन्दर सन्तानकी माता बननेका सौभाग्य प्राप्त हो, अतएव अपनी भार्याओं और सन्तानके प्रेमियोंके निमित्त हमारा उपदेश है कि वह इस प्राकृतिक चिकित्सासे लाभ उठायें ।

## शिशु पोषण

देखा जाय तो शिशु पोषणका ध्यान उस समयसेभी बहुत पूर्व होना चाहिये, जब कि हम गर्भकी स्थिति करते हैं; परन्तु ऐसा नहीं है हम तो कामातुर हो पहिलेसेही उसका नाश करते रहते हैं । इसीसे हमारे अधिकांश बालक गर्भमेंही केवल हमारी अनुचित रीतियोंसे अनेक पीडाओंमें ग्रसित रहते हैं; जिससे बहुतसे लङ्गड़े-लूले, अन्धे-काने, गूगे-बहिरे होकर अनेक व्याधियोंको ले संसारमें अमिट दुःख भोगने आते हैं; और बहुतोंका समयसे पूर्वही गर्भाशयसे पतन हो जाता है । सारांश यह है कि हमारे प्रकृतिके विपरीत आहार-विहारकाही यह दुष्परिणाम है । इसीसे हम पहिले कह चुके हैं कि वन-जीव कभी रोगी या अंगहीन बालक नहीं जनते, और न उनको बालक जननेमें हमारे सरीखे दारुण कष्टही भोगने पडते हैं । इसीसे यह नित्य अनुभवमें आता है कि प्रायः सभी वन-जीव अभी बालक जनते हैं और अभी दौड़ने लगते हैं । परन्तु खेद है, हमारी बुद्धिके परिणामसे हमारी स्त्रिया कई, कई, सप्ताहतक कर्वटभी नहीं ले सकती; बालक जननेके बहुत काल पहिलेसेही पीड़ा ग्रस्त होती हैं, और प्रायः तो मृत्युका ग्रासही हो जाती हैं । इसीसे बालक जननेके उपरान्त स्त्रीके उस आपत्तिसे बचनेपर पुनः जन्म कहनेकी प्रथा है । निदान जबतक हम प्रकृतिके अनुसार गर्भाधानके समयसेही, प्रत्युत उससेभी पूर्व शिशु पोषणपर ध्यान न दें, कभी स्वस्थ बालकोके माता-पिता नहीं हो सकते । प्रचलित कालमें हम अपनी सन्तानकी रक्षाकी अपेक्षा सदा उसके साथ घातही

करते हैं । हम बालकको दुग्ध पान पीछे कराते हैं पहिले विषो ( घुट्टी या मधु सरीखी औषधिया ) का सेवन और तीक्ष्ण तैलों आदिका मर्दन कराते हैं, हमारी सूखा दाइयां उनके कोमल मुखमें अपनी कठोर, अपवित्र और विषयुक्त ऊगली डालकर निरर्थक कष्ट देती हैं, हमारी अनेक स्त्रिया उनके ओढ़ने-विछानेके वस्त्रादि इतने अस्वच्छ रखती हैं कि उनसे निरन्तर मल, मूत्र और श्वेदादिकी गन्ध प्रतीत होती है, हमारी सन्तानका हनन करनेवाली स्त्रियोंके कुपथ्यसे अजीर्णके हेतु उनके मुखमें दृश्य या अदृश्य छाले या घाव होनेपर लारके प्रवाह एवं विरेचनका कारण होता है, तथा स्तनोंमें दूधकी न्यूनतासे दिनोदिन वह निर्बल और जीवन हीन होते रहते हैं, माताएं अविद्यासे, उनके क्षुधा या रोगसे पीड़ित होनेपर उन मूक असहाय बालकोंकी रुदन करके अपने दुःखोंसे रक्षा करनेके निमित्त प्रार्थना करनेवाली शक्तिको दमन करनेके हेतु, अप्यून सरीखे मादक पदार्थ देकर सदाको उनके शरीरमें अर्शादि रोगोंकी कृषि करनेकी चेष्टा करती हैं, उनके मुखमें भले प्रकार दन्त विकासभी नहीं होने पाता कि दूधकी अपेक्षा अन्य पदार्थ देना आरम्भ कर देती हैं, उनके कोमल नेत्रोंको काजल आदिसे फोड़नेका यत्न करती हैं; और इसपरभी बालकोंको रोगी देख भाग्यको उल्टाना दिया जाता है । इसके अतिरिक्त हम स्वयं अपने नन्हे, नन्हे बालकोंको, उनकी इच्छाके प्रातिकूल, नर-पिशाच क्रूर अध्यापकोंके हाथोंमें दे देते हैं, जिससे अप्राकृतिक रीतिसे पाठाध्यनका भार और उन धूर्तोंकी निर्दयताकी मार एवं अप्रिय वचन उनके कोमल शरीरको प्रत्येक समय क्षीण करके उनके हृदयको भीरु बनाते रहते हैं । इसके उपरान्त हमारे वैज्ञानिक डाक्टरोंकी निर्दयता है, जो बलात् दीन और असहाय बालकोंके प्राकृतिक धर्म और स्वास्थ्य विरुद्ध विजातीय विषेसे चेचक आदिका टीका लगाकर उनके शुद्ध शरीरपर अपकार करते हैं, और इससेभी अधिक हमारी कायरता है जो अपनी आंखों देखते हम अपने जीवनके सहारे निर्दोष बालकोंपर यह अत्याचार होने देते हैं । क्योंकि चेचकके टीकेसे विजातीय पशुओंका दूषित अश हमारे शरीरमें धर्म विरुद्ध प्रवेश होनेपर उसकी उत्तेजनासे हमारे बालक तामस स्वभावके हो जाते हैं । अतः बाल रक्षार्थ उक्त बातोंका त्यागन और निम्न बातोंका अवलम्बन करनेकी आवश्यकता है:—

**पथम**—गर्भाधान ऐसे समय हो जब स्त्री, पुरुष चैतन्य, चिन्ता रहित तथा



नैरोग हो, और गर्भकी रक्षार्थ बालक जननेके उपरान्त जवतक पुनः प्रकृति गर्भाधानकी आज्ञा न दे मैथुन न करें । गर्भिणीको क्रोध, भय, शोकमे रहना और सामर्थ्यसे अधिक परिश्रमके कृत्य, अप्राकृतिक और रसहीन पदार्थोंका सेवन, प्रतिकूल देश और ऋतुओंका निवास करना, रात्रिका जागना, अपवित्र विचारोंको मस्तिष्कमें स्थान देना, और अधिक दौड़ना या चिल्लाना सर्वथा वर्जित है ।

**द्वितीय**—अन्य जीवोंमें शिशु जन्म होनेपर प्रत्येक जीव बालकका नाल मुखादिसे काट देते हैं । परन्तु यह हमारी प्रकृतिके विपरीत है । अतः हम नखोंसेही नाल काटनेका साधन रखते हैं । किन्तु हमारे कृत्रिम रहन-सहनके कारण हममेंसे अधिकांशके नखोंमें विषैले कीटाणु जन्म ले लेते हैं । इसलिए बड़ी सावधानीसे दोनों ओरसे नाल बांधकर तीव्र कतरनी द्वारा काटनेके उपरान्त बन्द स्थानमें ऋतु और देशानुसार शीतल या ऊष्ण जलसे बालकको स्नान करके भले प्रकार शुष्क करलेनेपर तत्क्षण माताके स्तनोसे दुग्ध पान कराना चाहिये । यदि माताके स्तनोमें दूधकी न्यूनता हो तो पशुःआदिके दूधकी अपेक्षा किसी अन्य स्त्रीके स्तनोसे दूध पिलवाना चाहिये; और माताको दूधकी वृद्धिके हेतु रसीले फलों शाकों या दूधका आहार दिया जाना चाहिये । माताओंको कभी दूध पिलाते समय बालककी नासिकाके नथबोको ढककर श्वासार्थ वायु रोकनेकी चेष्टा न करनी चाहिये । इसके अतिरिक्त रुदन करते हुए बालकको सदा चुपाकर दुग्धपान कराना चाहिये; अन्यथा दूधके भोजन नालीमें जानेकी अपेक्षा वायु नालीमें चले जानेके कारण प्रायः बालकोंकी अकस्मात् मृत्यु हो जाती है । अन्य पशुओं या विदेशके कृत्रिम दूधोंको यथा शक्ति कभी सेवन न कराना चाहिये, प्रत्युत हो सके तो अन्य स्त्रियोंके दूधसे भी वचाना चाहिये । कारण यह कि अन्य स्त्रियोंके दूधसे जैसी हमारी बालकको पनानेकी अभिलाषा है वैसा फल प्राप्त नहीं होता, पशुओंका दूध भारी और विजातीय होनेसे कुशल्य और अनेक रोगोंकी उत्पत्तिका हेतु होता है और विदेशोंसे जमाकर भेजे हुए दूध आम्रिके प्रभावसे अनेक पदार्थ रहित हो जाते हैं, जिससे बालकोंको अस्थियां पुष्ट होनेके पदार्थ प्राप्त नहीं होते । इसीसे उन्हें प्रायः रिकेट्स ( टेडी अस्थियों ) का रोग हो जाता है । अतः सर्वोत्तम दूध माताहीका है, और सबसे निकृष्ट विदेशी जना हुआ दूध है, और मध्यम श्रेणीमें अन्य स्वस्थ स्त्रियोंका और उसके उपरान्त अन्य पशुओंका । यदि बालकोको पशुओंका दूध

देनेको वाध्य होना पड़े तो दूधको जल मिश्रणसे हलका करना आवश्यक है। फिरभी उसके अवगुणोंसे सचेत रहना चाहिये। दूध पीते बालककी माताको यथा शक्ति पूर्णतः प्राकृतिक भोजन रखना आवश्यक है, और यदि बालक किसी रोगसे पीडित हो तो तत्क्षण उस रोगके अनुसार अपनी और बालककी चिकित्सा करनी चाहिये। उपेक्षा करने या पाखण्डियोंकी सम्मतिपर चलनेका परिणाम किसी प्रकारभी अच्छा नहीं।

**तृतीय—**बालकोंसे सदा मिष्ट भाषण करना चाहिये, प्रत्युत बालकोंके साथ बालक वन जानेमेही उनका कल्याण है। क्योंकि आतङ्क दिखानेवाले अप्रिय और कटु शब्दोंसे वह पूर्णतः स्वास्थ्य लब्ध नहीं कर सकते। अनेक प्रेम शून्य मनुष्योंका यह अनुमान है कि बालकोंको ताड़ना करनेसेही वह सुयोग्य बन सकते हैं, अन्यथा बिना दमन किये उनके स्वेच्छाचारी और क्रूर होनेके अन्य कुछ परिणाम नहीं। परन्तु यह बात विज्ञान विपरीत है। प्रेमसे बालक कभी नहीं बिगड़ा करते। क्योंकि यदि प्रेममें किसीको स्वेच्छाचारी और क्रूर बनानेकी शक्ति होती तो वनके वह जीव जो वनवासी मनुष्योंसे हिल जाते हैं एक क्षणभी उन्हें सुखसे न बैठने दें। इसके अतिरिक्त नित्य हमारे अनुभवमें आनेवाली घटनाएं उन कुत्तों या गायों आदिकी हैं, जो प्रेमवश हमारे पीछे, पीछे फिरती हैं, और हमारी आज्ञा पालन करनेके निमित्त अपने प्राणोंका भी बलि करनेको प्रस्तुत हैं। फिर क्या प्रेमसे मनुष्यके बालकोंकेही क्रूर और उद्दण्ड होनेकी सम्भावना है? नहीं, कदापि नहीं! प्रेमही एक ऐसी अटूट रज्जू है, जिससे बन्धकर ससार वशमें हो जाता है। परन्तु जहां भय होता है वहां प्रेम नहीं होता। इसीसे भयानक प्रकृतिके पिताको देखतेही सन्तान भयभीत होकर इधर उधर छिप जाता है, और उसके हृदय मन्दिरमें अपने डरावने पिताके प्रति भक्ति या स्नेह रखनेके निमित्त एक तिलभर स्थानभी नहीं होता। प्रेमके स्थानमें दमन और क्रूर नीतिको बालकोंको सुयोग्य बनानेके लिए श्रेय देना सर्वथा भूल है। प्रत्युत दमनके प्रभावसे बालकोंके स्वास्थ्यपर अपकार और हृदय श्रद्धा शून्य होनेके अतिरिक्त वह कपटी और हठीले हो जाते हैं। बालकोंको बिगाड़नेका कलङ्क किसी प्रकारभी प्रेमके माथे नहीं लगाया जा सकता। बालकोंको उद्दण्ड कपटी और हठीले बनानेके हेतु उनको अनुचित रीतिसे छेड़ना उनके साथ दमन नीतिका प्रयोग करना और

उनसे छल करना है । क्योंकि हमारी गौओंके वच्च जिनसे हम प्रेम करते हैं विगाड़नेकी अपेक्षा हमारे वशीभूत हो जाते हैं, किन्तु यदि हम उनको छेड़ते हैं तो मारना सीख जाते हैं, और दमन नीतिसे उनके हृदयसे प्रेमके विदा होनेपर वह हटीले हो जाते हैं । अतः बालकोके छेड़ने, उनके प्रति कष्टका व्यवहार करने और दमनसे काम लैनेकाही यह परिणाम है कि हमारे बालक मनुष्यके बालक कहे जाने योग्य नहीं रहते । अपरन्त बुरे बालकों या मनुष्योंकी सङ्गति और माता-पिता आदिके छल छिद्रोंके अतिरिक्त बालकोके विगाड़नेका सबसे बड़ा कारण यह है कि वह ससारमें माताके गर्भमेंही रोगी उत्पन्न होनेके हेतु या कुपथ्य-पर रक्खे जानेसे रोगी होनेके कारण मस्तिष्ककी अनावश्यक उत्तेजनाके निमित्त चिड़-चिड़े और उद्दण्ड हो जाते हैं । अतः ऐसे बालकोंको सुधारनेके निमित्त दमनकी अपेक्षा उनके मस्तिष्क सम्बन्धी रोगादिकी चिकित्सा करते हुए प्रेमकाही पाठ देना चाहिये ।

हमारे बालकोका स्वभाव और स्वास्थ्य विगाड़नेके हेतु एक बड़ा दोष आजकलकी शिक्षा प्रणालिकाभी है । क्योंकि हमारी शिक्षा कृत्रिम रीतिसे होनेके कारण शुष्क और भारमय प्रतीत होती है । इसीसे हमारे बालक नरपिशाच अध्यापकोंकी पाठशालाओंमें जानेसे सदा दुःख मानते हैं । अतः हमारे बालकोके लिए वही शिक्षा उपयोगी हो सकती है जिसमें उनको रुचि और प्रेम होनेसे भार प्रतीत न होनेके कारण उनके मस्तिष्ककी शक्तियां व्यय न हों । ऐसी शिक्षा केवल वही हो सकती है, जिसको बालक स्वयमेव प्राप्त करनेका प्रयत्न करते हैं । इसीसे बालक जब बोलने योग्य होने हैं तो वह प्रत्येक प्रश्नमेंसे प्रश्न किया करते हैं; कभी कहते हैं ' यह पवन क्यों चलती है ? ' कभी प्रश्न करते हैं ' वायु शीतल क्यों प्रतीत होती है ? ' कभी उनका कथन होता है ' ग्रीष्ममें वायु ऊष्ण क्यों होती है ? ' सारांश यह है कि जितने पदार्थ उनको नयन गोचर होते हैं, उतनेही प्रश्न उनके मनमें उपजते हैं । अतएव यदि उन्नी समय वैज्ञानिक युक्ति सहित उनके प्रश्नोंका उचित उत्तर देदिया जाय तो स्कूलोंकी बड़ी, बड़ी पोथियां बलान् रुद्ध करनेकी आवश्यकता न हो । किन्तु आजकलके माता-पिताओके सहज चन्द्रमाके बिन्दुओंके विषयमें बालकोके प्रश्नके उत्तरमें यदि कहा जाय ' चन्द्रमाके भीतर जो लुप्तचिह्न हैं, वह रुद्ध नौके चर्चा क्रातनेको प्रगट

करते हैं ।' तो कभीभी हमारे बालक पोथियां पढ़कर भूगोल या अन्य विज्ञान सम्बन्धी विषयकी बातोंको सुगमतापूर्वक स्मरण नहीं कर सकते । इसके अतिरिक्त उनको फिर रुचि उठ जानेसे प्रत्येक विद्या शुष्क प्रतीत होती है । हमारा दृढ़ विश्वास है कि कक्षानियोंके रूपमें इतिहासकी शिक्षा देनेसे बालकोको प्रिय होनेके अतिरिक्त समस्त घटनाएं ऐसी कण्ठ हो जाती हैं कि फिर कभी उनका विस्मरण नहीं होता । और ऐसेही गणित, भूगोल और विज्ञानादिकी उस समयकी मौखिक शिक्षा दी हुई आजन्म बालकोको स्मरण रहती है; और उनके मस्तिष्कपर भारभी नहीं होता, प्रत्युत वही उनके लिए खेल होता है । हमारे अनुमानसे जैसे एक लोहकारका पुत्र विना सीखनेका कष्ट उठायेही क्रीडा करते, करते लोहकार बन जाता है, वैसेही विद्वान माता-पिताका पुत्र खेलही खेलमें पूर्ण पण्डित हो सकता है । वस्तुतः माता और पितासे बढ़कर संसारमें कोई शिक्षक नहीं हो सकता । माता-पिता जैसा चाहें वैसी सन्तानको शिक्षा दे सकते हैं । अतः किसी भाषा या विज्ञानका पण्डित एवं सभ्य या असभ्य बनाना, यह सभी माता-पिताके हाथमें है । यदि माता-पिता अपनी सन्तानमें हिन्दीमें भाषण करें तो वह हिन्दी सीखेगी और यदि इङ्गलिशमें वार्ता करें तो वह उसका अनुकरण करेगी, यदि तू बोलेगी तो तूमें उत्तर देगी और यदि 'आप' कहेंगे तो 'आप' कहेगी । सारांश यह है कि सन्तान दर्पणके सदृश होती है; जैसी आकृति उसके सन्मुख रक्खी जाती है वैसाही प्रतिबिम्ब दिखायी देता है । अतः माता-पिता सन्तानको जिस भाषा और विज्ञानका पण्डित बनाना चाहते हो उसके जन्मकालसेही उसी भाषामें भाषण करके खेल, खेलमें उस विज्ञानकी शिक्षा देनी चाहिये । परन्तु यद्यपि माता-पिता अपनी बुद्धिकी चतुरतासे अपने इच्छित विज्ञानका बालकको परिचय करा सकते हैं तथापि अपनी इच्छित विद्याकी अपेक्षा उसके अभिलाषित विज्ञानकी शिक्षा देनाही बुद्धिमत्ता है । क्योंकि जिस विज्ञानमें जिस बालकको अधिक रुचि है उसीमें वह उन्नतिके अन्तिम शिखरपर पहुँच सकता है । अतः थोड़ा, थोड़ा प्रत्येक शास्त्रका परिचय कराते हुए, जिस विज्ञान सम्बन्धी प्रश्नोंको बालक अधिक करे उसीमें उसकी रुचि जानकर उसकी प्राकृतिक रूपसे मौखिक शिक्षा देनी आरम्भ की जाय । परन्तु खेद है आज दिन भारतमें ऐसे माता-पिताका अभाव है, जो बालकोको आदर्श बनानेके निमित्त

प्राकृतिक शिक्षा दे सकें । इसके अतिरिक्त भारतमें शिक्षा विभागभी ऐसा नहीं है जो प्राकृतिक शिक्षासे बालकोको सन्तुष्ट कर सके । अतः यथाशक्ति ऐसे सुयोग्य सदाचारी अध्यापकोको नियुक्त करना चाहिये जो बालकोके साथ वन, उपवनमें क्रीड़ा करते हुए प्रकृतिके दृश्योंको दिखा एवं ऐतिहासिक घटनास्थलोंको नयनगोचर कराकर शिक्षा दें । बालकोंकी शिक्षाका कोई नियत समय नहीं होना चाहिये । क्योंकि उठते-बैठते, खाते-पीते प्रत्येक समय उनके मनमें ज्ञान प्राप्त करनेके हेतु तर्क, विर्तकके प्रश्न उठा करते हैं । अतः उसी समय उनके प्रत्येक प्रश्नका उचित उत्तर देकर उनको सन्तुष्ट कर देनाही उनकी शिक्षा है । परन्तु उनकी स्वतन्त्रता में बाधक होकर उनको किसी नियत समय उस विषयकी शिक्षा देना, जिसके लिए उनके हृदयमें प्रश्न करनेकी रुचि नहीं है, सर्वथा उनके मरितिकपर भार डालना और बन्ध्या भूमिमें कृत्रिम साधनोसे कृषि करना है । अतएव शिक्षकको प्रत्येक समय बालकोके साथ रहना चाहिये । क्योंकि न जाने किस समय किन घटनाओके होने और किन पदार्थोंके निरीक्षण करनेसे किस शिक्षाको ग्रहण करनेके निमित्त उनके हृदयमें प्रश्नोंकी उत्पत्ति हो ?

हमारा तो यह अनुमान है कि सन्तानके सुयोग्य और सुशिक्षित बनानेमें यदि माता-पिताके जीवनपर तुषारभी पड़जावे तोभी हानिकी अपेक्षा लाभही है । क्योंकि किसी दिन तो शिक्षित और प्रेमी सन्तान सूर्यके सदृश तिमिरको नाश करने वाली होगी । परन्तु खेद है यहापर स्थानाभावसे हम इस विषयपर विस्तृत कथन नहीं कर सकते । किन्तु हां, यदि पाठकोंको हमारी लेखनीसे रुचि होगी तो एक भिन्न और विस्तृत पुस्तकाकारमें इस विषयपर पूरा, पूरा कथन करेंगे ।

**चतुर्थ—**बालकोंके भोजनका विषयभी बड़ा गूढ़ है । परन्तु यदि हम प्रकृतिके साथ, साथ चले तो सरलतासेही यह ज्ञान हो जाता है कि ज्यों, ज्यों बालकके जैसी, जैसी आकृतिके दन्त प्रगट होते हैं त्यों, त्यों उन्हीकी आकृति और प्रकृतिके अनुसार बालकोंके आहारमें धीरे, धीरे परिवर्तन होना चाहिये, इसीसे पहिले बालकके सामनेके दांत निकलनेके कारण उसे दूधके अतिरिक्त कभी, कभी कुतरे जाने वाले फल देने चाहिये । क्योंकि सामनेके दांतोंसे चबानेका काम नहीं होता । बालकोंसे एकैक दूध छुड़ाकर फलादि देना उचित नहीं है, क्योंकि जबतक आवश्यकतानुसार दन्त विकास नहोजाय तबतक दूधकी अपेक्षा अन्य पदार्थ बालकोको

हितकर नहीं हो सकते । दात निकल आनेपर बालकोकाभी वही प्राकृतिक भोजन है जो मानव जातिका होना चाहिये । परन्तु आर्थिक अधोगतिके कारण यदि बालकोके लिए फल पर्याप्त न हों तो न्यूनातिन्यून तीन वर्षतक अन्नादिसे बचाकर केवल दूधपरही उनका निर्वाह रोना चाहिये ।

बालकोंके भोजनके समयमें कभीभी उपेक्षा न करनी चाहिये । रोग रहित मूक बालकोका रुदन करनाही उनकी क्षुधाका ज्ञान देता है और जो बालक बोलना सीख जाते हैं वह तो स्वतः ही कह देते हैं । अतः जिस समय बालक क्षुधासे पीडित होकर रुदन करें या कहे तो तत्क्षण उन्हें आहार देनेका प्रयत्न करना चाहिये । किन्तु यदि बालक क्षुधाका ज्ञान न होनेसे रुदन द्वारा या बोलकर भोजनकी इच्छा न करें तो मूर्खों स्त्रियोंके कहनेसे कभी भूलकर आहार न देना चाहिये । बालकके भोजन में तनिकभी विलम्ब होने या समयसे पूर्व आहार देनेसे हानिकारी अपेक्षा लाभ नहीं है । क्योंकि भोजनके विलम्बसे मिलनेके कारण हमारे कोमल बालक पोषक पदार्थोंके कुसमय प्राप्त होनेसे उसी प्रकार शरीरकी उन्नति होनेकी अपेक्षा जीवन हीन होते रहते हैं, जिस प्रकार किसी वृक्षका छोटा विरला जलकी अनुपस्थिति या उसके कुसमय प्राप्त होनेसे वृद्धिकी अपेक्षा शुष्क हो जाता है या निर्बल रह जाता है, और क्षुधासे पूर्व भोजन मिलनेका परिणाम यह होता है कि जिस प्रकार वृक्षके छोटे विरलको आवश्यकतासे अधिक जल द्वारा संचनेपर निश्चय वह गलकर मृत्युको प्राप्त होता है या भयङ्कर रोगसे ग्रसित हो जाता है, उसी प्रकार हमारी सन्तान रोगी होजाती है या मृत्युका प्राप्त बन जाती है ।

**पञ्चम-**बालकोके रोगोंकी चिकित्साके विषयमें, चाहे वह गर्भमें हो, या दुग्धपान करता हो, या भले प्रकार समर्थ हो, केवल वही साधन हैं, जो प्रौढ़ों और वृद्धोंके लिए हो सकते हैं । कारण यह कि हमारी चिकित्सामें केवल जीवन-कोषोका विकृत कणोंमें रूपान्तर होनेसे उनकी रक्षा करनी है । क्योंकि बिना जीवन-कणोंके जीवनके रासायनिक पदार्थोंका विषैले पदार्थोंमें रूपान्तर हुए किसी रोगकी उत्पत्ति नहीं होती, और यह आगे पाठ करनेपर ज्ञात होगा कि जीवन-कोषोका दूषित जीवोंमें रूपान्तर होनेसे किस प्रकार एकही चिकित्साके मूल सिद्धान्तसे रक्षा की जा सकती है ।

**षष्ठ-**बालकोको पहिननेके वस्त्र ऋतु और देशके अनुसार दुर्तापवाहक, ढीले

और स्वच्छ होने चाहियें; और ओढ़ने बिछानेके उनकी प्रकृतिके अनुसार कोमल होने आवश्यक हैं । इसीसे पक्षी अपने बालकोंके निमित्त कोमल तृणोंके घोंसलेकी रचना करते हैं । वस्त्र और स्थानादिके विषयमें गत् निबन्धोंमें बहुत कुछ लिखा जा चुका है, इस लिए यहां पुनः विस्तारसे लिखनेकी कोई आवश्यकता प्रतीत नहीं होती । किन्तु इतना कहना आवश्यक है—बालकोंको मुंह ढककर कभी न सुलाना चाहिये और यथाशक्ति उनको गोदमें कम लेना चाहिये । क्योंकि गोदमें लेनेसे वह प्राकृतिक व्यायाम द्वारा शरीरको पुष्ट करनेसे वञ्चित रहते हैं । इसीसे जब वह सरकने योग्य हों तो मनमाना सरकने दो, जब खड़े होनेका यत्न करें, विना भयके खड़ा होने दो । सारांश यह है कि किसी प्रकार उनकी क्रियाओंमें बाधा न डालनी चाहिये । हां, यदि वह सर्पकोही पकड़नेकी चेष्टा करें तो दूसरी बात है अन्यथा उनकी स्वतन्त्रतामें बाधक होना उनकी बढ़ती शक्तियोंपर अपकार करना है ।

## स्वच्छता

**स्वा**स्थ्यके अनुमानसे स्वच्छताकी जो कुछ प्रशंसा की जाय वही थोड़ी है । इसीसे पृथ्वीपर सभ्य मानव जातियोंके प्रत्येक धर्म तथा चिकित्सा शास्त्रने स्वच्छ रहनेका उपदेश दिया है । परन्तु वह वास्तवमें स्वच्छताकी गुण-प्रशंसा करतेहुएभी पशु, पक्षियोंसे गये बीते हैं, । वह लिपे-पुते घर, रङ्ग, विरङ्गे गलीचों आदि द्वारा कृत्रिम रीतिसे सुसज्जित पिच्चीकारीके विशाल भवन, अनेक प्रकारके वस्त्रोंके प्रयोग, नाना प्रकारके नित्य नूतन फैशन, अनावश्यक तीक्ष्ण गन्धोंसे गन्धित भोजनों आदिके सेवनकोही स्वच्छता समझे हुए हैं । परन्तु इस प्रकारकी कृत्रिम टीप-टाप स्वच्छताकी अपेक्षा बनावट है, या यों कहना चाहिये कि सुवर्णके पात्रमें विष भरा है ।

अप्राकृतिक अर्थात् प्रकृतिके प्रतिकूल जितनेभी पदार्थ हैं वह सभी एक ओरसे अस्वच्छ हैं । क्योंकि अस्वच्छ पदार्थ केवल वही हैं, जिनके प्रयोग या सेवनसे उनकी रचिकी अपेक्षा हमारी ज्ञानेन्द्रियोंको दुःख या घृणा होती है । अतएव हमारे प्रचलित खान-पान या रहन-सहन, जो मूलसे कृत्रिम हैं, कोईभी स्वच्छ कहने

योग्य नहीं । हम अप्राकृतिक पदार्थोंको कृत्रिम रीतिसे स्वच्छ, निर्मल, सुन्दर एवं सुस्वादियुक्त करनेकी चेष्टा करते हैं, परन्तु वह पहिलेसेभी अधिक अस्वच्छ हो जाते हैं । हा, केवल इतना कहा जा सकता है कि इस प्रकार कृत्रिम रीतिसे अन्य तीक्ष्ण पदार्थों द्वारा दूषित पदार्थोंके दोष इतने छिप जाते हैं कि हमारी ज्ञानेन्द्रियां उनके पूर्ण रूपका अनुभव करनेको असमर्थ होती हैं । इसीसे करेलेकी कड़ुता मसालो, तैल एवं खटाई आदिसे कुछ छिप जाती है, इमली या नीबूकी खटाई जल और शकरके मिश्रणसे कुछ न्यून हो जाती है, मासकी गन्ध लहसन और प्याज आदिसे अल्प प्रतीत होती है, शकरका मिठास गुड़मार बूटीसे छुप्त हुआ जान पड़ता है, फिनाइल आदिके तीक्ष्ण प्रभावसे विष्टे, और सूत्रादिकी गन्धका ज्ञान नहीं होता, और अपवित्र स्थानके विकारभी लीपने-पोतनेसे ढक जाते हैं । परन्तु इसका यह अर्थ नहीं है कि खटाई आदिसे करेला स्वच्छ हो जाता है, या शकरसे खटाईके गुण जाते रहते हैं, या लहसन आदिसे मास निर्दोष हो जाता है, या गुड़मार घाससे शकरके तीक्ष्ण गुणोंका नाश हो जाता है, या फिनाइलसे मल, सूत्र पवित्र हो सकते हैं, या लीपने, पोतनेसे कोई दूषित स्थान विकार रहित हो सकता है । नहीं ! कदापि नहीं !! इस प्रकार विषसे विषको मारना अर्थात् अस्वच्छ पदार्थोंको अधिक अस्वच्छ पदार्थोंसे छिपा देना अपनी ज्ञानेन्द्रियोंको स्वच्छताका बोखा देकर अपने शरीरपर अपकार करना है । इसके अतिरिक्त हम शाक एवं फलों आदिको स्वच्छ करनेके हेतु लोहेके अन्नसे उनका छिलका पीछे उतारते हैं उससे पहिले फलोंकी खटाई, द्वारा लोहाखकी कलोस और वायुके अनावश्यक स्पर्शसे वह पदार्थ अस्वच्छ होने लगते हैं । इसीसे अनेकानेक धातुएँ और वायुके ससर्गसे उत्पादित विष हमारे भोजनोमे सम्मिलित हो उदरस्थ होनेपर अनेक रोगोंका कारण होते हैं । यहाँतक कि काच और चीनीके पात्रभी धीरे, धीरे घिस, घिसकर कुछ न कुछ नित्य भोजनोके साथ हमारे शरीरमें प्रवेश करते हैं । अपरञ्च उनके घिसनेपर वह खुर्दरे हो जाते हैं, और फिर उन खुर्दरे स्थानोके छोटे, छोटे गढ़ोंमे तरल पदार्थोंकी सहायतासे मलके एकत्र होनेपर विषैले कीट जन्म लेलेते हैं, और हमारे स्वास्थ्यपर अपकार करते रहते हैं ।

बड़ खेदका स्थान है, मनुष्य जो अपनेको सर्वश्रेष्ठ समझता है स्वच्छताके विषयमे पशुओंसेभी गया बीता है । कोई पशु जबतक धोखेसे या बलात् किसी अप्राकृतिक



पदार्थका अभ्यस्त न कराया जाय, कभी उसे यथा शक्ति सेवन न करेगा । परन्तु मनुष्य देवताने विष्टे और मूत्रादिकोभी सेवन करनेसे नहीं त्यागा है । इसमें कोई सन्देह नहीं कि ऐसे मनुष्य बहुत कम हैं, जो विष्टे और मूत्रादिको उनकी प्रत्यक्ष आकृतिके रूपमें भक्षण करते हों । परन्तु यह ठीकही है कि उन स्थानोंका निवास या वहा जाना जहां विष्टे आदिके ढेर लगे रहते हैं या मूत्रकी नालियां चलती हैं, मनुष्य प्रत्यक्ष वायु द्वारा गन्ध देनेवाले उनके अदृश्य परमाणुओंका आहार करता है । इसके अतिरिक्त मनुष्यकी असन्तुष्ट रहने वाली तृष्णा उसे अधिकाधिक वनस्पति उगानेको बाध्य करती है, जिससे वह मल, मूत्र, मास, रक्त एवं अस्थ्यादिके कृत्रिम खाद्यकी सहायतासे शाकादिकी अपवित्र कृषि करता है । इस समस्त घोर अपवित्रताके कारण सभ्यतापर निर्भर हैं । इसीसे जितने सभ्य देश हैं उतने ही वहांके कृषि विभागके वैज्ञानिकोंने घृणित और अप्राकृतिक साधनों द्वारा वनस्पति उगानेकी चेष्टा की है, और यही कारण है कि विशाल और सभ्य नगरोंमें कृषि किये हुए शाकादि ग्रामोंकी अपेक्षा स्वाद रहित और अप्रिय गन्ध एवं क्षार प्रगट करते हैं, या यों कहना अनुचित न होगा कि वहांके पुरवासी पांच, छः सप्ताहमेही शाकों द्वारा अपना मल, मूत्र स्वयं भक्षण करते हैं । हा ! धिक्कार है ! ! और कोटिबार धिक्कार है ऐसी सभ्यताकी स्वच्छता पर ! ! !

इस समय यदि कोई स्वच्छताकी किसी देशसे तुलना करे तो सब एकही नौकाके यात्री हैं । कारण यह कि नूतन सभ्य और वैज्ञानिक प्रणालीके देशोंमें यदि टीप-टाप या फैदानों द्वारा आर्थिक दशाकी उत्तमतासे कुछ थोड़ीसी कृत्रिम स्वच्छता प्रतीतभी हो, तो वहांके नगरोंकी जन सख्याकी अधिकता, ऐंजिन, मोट्रो एवं होटलों आदिके धुएं और विषैले गैस और विद्युत आदिके तीक्ष्ण प्रकाश, उत्तेजक तथा अपवित्र पदार्थोंकी गन्ध, मल, मूत्रादिके तीक्ष्ण खाद्यसे उपजे हुए फल, धान्य तथा शाकादिका सेवन केवल नाम मात्रकी स्वच्छता है । इसके अतिरिक्त भारत सरीखे धन हीन, विदेशी, अन्यायी राज्यके आधीन और विज्ञानसे वञ्चित देशोंका तो कुछ कहनाही नहीं, जहां चारों ओर भीतसे घिरे हुए आंगनवाले छोटे, छोटे वायु एवं प्रकाशसे सर्वथा रहित, सीलन और दुर्गन्ध युक्त तथा मकड़ीके जाले, खटमल, पिस्तू और मच्छर आदिसे परिपूर्ण घर हैं, द्वारपर चौबच्चे, कूड़ा और नालियां सड़ रही हैं, वस्त्र मल और श्वेदसे दुर्गन्धित और जुओंसे भरपूर

हैं, और भोजनभी अपवित्रताके साथ बना हुआ विपैली धातुओंके पात्रोंमें रखा हुआ वासी, तिवासी मिलता है। इसके अतिरिक्त उनके निवासार्थ घरोंमेंही लकड़ी-डिंगरी, चूल्हा-चक्री, मिर्च-मसाला, आटा-दाल, कपड़े-लते, पशु-पक्षी एवं समस्त जगतकी दारिद्र्यता भरी होती है। अपरन्त इस देशमें दीन और कझाल तो एक ओर रहे विज्ञानकी अनुपस्थितिके कारण बड़े, बड़े धनिकभी अपवित्रताके दास बने हुए हैं, प्रत्युत प्रायः यहाँके वैज्ञानिकोंके घरमेंभी यही होना है।

आजकल विज्ञानोन्नतिके कारण समस्त भूमण्डलपर छूत-अछूतका विचार बढ़ता जाता है। इसीसे नूतन वैज्ञानिक शिक्षा इस बातका उपदेश देती है-भोजन आदिको बनाते या सेवन करते समय हाथसे स्पर्श न किया जाय और उसके स्थानमें यन्त्रों आदिकी सहायता ली जाय। परन्तु हमारा कहना है कि स्वच्छता छुरी-काटेकी सहायतासे विना हाथके स्पर्श किये भोजन करनेसेभी नहीं रह सकती। क्योंकि छुरी, काटे या अन्य यन्त्रोंसेभी कुछ न कुछ वातुओं आदिके विष उदरस्थ होते हैं, और जो भोजन कृत्रिम रीतिमें बनाये जाते हैं निश्चय वायुके स्पर्शसे दूषित होने लगते हैं। इसपरभी हमारे देशको छूताछूत दिखावे मात्रकी ढकोसलाही है। हम किसी अन्य जातिसे स्पर्श होनेपर विना स्नान किये भोजन करना पाप समझते हैं, परन्तु स्नान करके मलयुक्त धोती पहनेमें स्वच्छताकी मर्यादासे नहीं गिरते, हम किसी अन्य वर्णके अपनेसेभी मुन्दर एवं स्वच्छ मनुष्यके हाथसे स्पर्श किये हुए भोजनको अपवित्र कहते हैं, किन्तु अपने वर्णके घृणितसे घृणित और अपवित्रसे अपवित्र मनुष्यके हाथका भोजनभी पवित्रही समझते हैं, हम अन्य व्यक्ति द्वारा रुद्ध जलके बिन्दुके आपड़नेसेभी अपवित्र हो जाते हैं, परन्तु लीद और गोबर सरीखे दुर्गन्धित और दूषित पदार्थोंसे हमारी स्वच्छतामें बाधा नहीं होती, हम घोबीके धुले हुए वस्त्रोंको धारण करके भोजनालयमें नहीं जा सकते, किन्तु मल और दुर्गन्धसे उत्पादित विषैले कीटाणुओं युक्त हलवाईयोंके वस्त्रों द्वारा छने हुए, दूध, घी आदिसे कोई बचाव नहीं करते, हम अपने भोजनके पात्रोंको कदापि अन्य जातिसे स्पर्श करानेको प्रस्तुत नहीं हैं, परन्तु जिन तृणदिसे हमारे पात्र स्वच्छ करनेके हेतु घर्षण किये जाते हैं नित्यके काम-काजसे अपवित्र कीटाणुओंके केन्द्र हो जानेपरभी ग्लानिकी दृष्टिसे नहीं देखे जाते, हमारे मिट्टी, पत्थर एवं काष्ठादिके पात्र यदि किसीसे स्पर्श हो जावें तो तुरन्त फेंक दिये

जाते हैं, परन्तु उन्हीं पात्रोंके दूध, छाच या अन्य रसीले पदार्थोंके सोक लेनेसे विषैले कीटों और दुर्गन्धयुक्त होनेपरभी सदा पवित्रही समझे जाते हैं, हम जलके पात्रमें हाथ पड़ जानेसे उसका पान करनेसे बहुधा घृणा करते हैं, परन्तु हाथसे घचोल, घचोलकर गुंधे हुए पिसान ( आटा ) की रोटियां भर पेट खा जाते हैं; हम सुन्दर, सुन्दर मेज़, कुर्सियोंपर भोजन करना दोष समझते हैं, परन्तु नित्य चौका पोतनेके अपवित्र वस्त्रसे चौका पोतनेमें किसी त्रुटिका अनुभव नहीं करते, हम अन्य जातिके कोरे और मिट्टीके स्वच्छ घड़ेका जल पीनेमेंभी जातिसे पतित हो जाते हैं, किन्तु अपवित्र एवं अस्वच्छ जातियों द्वारा घोर अपवित्र मिट्टीके पात्रोंमें लाया हुआ दूध स्वार्थवश पवित्रही समझते हैं, हम मांसादिको देखकर भी घृणा करते हैं, किन्तु देशी शकर मीठेपनके कारण सहस्रों मक्खी, चींटे, ततैये आदि अनेक जीवोंका चूर्ण होते हुए और नीच जातियोंके पगो द्वारा खूंदे जानेपरभी पवित्रही मानते हैं, हम अपने भोजनोंपर अन्य व्यक्तिकी छायाभी नहीं पडना चाहते, किन्तु अस्वच्छ जातिकी पिसनहारियोंके पीसते समय एवं हलवाईयों द्वारा मीठा आदि वस्त्रोंमें पिसान और मिठाइयोंमें श्वेद बिन्दु गिरने, विछी आदिके घृतादि जूँटा करने, पनिहारियोंके हाथ पानीमें घचोलने तथा उनके मासिक रजसावके जल खींचते समय कूपमें गिरने एवं अनेक घृणित बातोंसे बचाव नहीं करते, सारांश यह है कि हमारे अन्तार, मुरब्बे, मिठाइया पूरी, पकवान इत्यादि, इत्यादि केवल चादी-सोनेके पात्रोंसे भूषित, तीक्ष्ण गन्धोंसे गन्धित और मेवा आदिसे अलंकृत और कृत्रिम टीप-टाप किये हुए समस्त भोजन हट मात्रको ही सुन्दर और पवित्र प्रतीत होते हैं, अन्यथा वह मूलसे अपवित्र हैं; और ऐसेही हमारे रेशम और ऊन आदिके वस्त्र हैं, जिनको हम वर्षों पर्यन्त इसीसे नहीं धुलवाते कि उनमें छूतका विचार नहीं रक्खा गया है। परन्तु इस प्रकारकी हटका आधार मिथ्या है। ऐसे पदार्थ विज्ञानकी दृष्टिसे पवित्र कभीभी नहीं कहे जा सकते। निदान दिखावे मात्रकी छूताछूतके मिथ्या आधारपर चलनेवाले जबतक स्वच्छ और अस्वच्छका ज्ञान प्राप्त करनेके हेतु अपनी ज्ञानेन्द्रियोंसे उचित काम न लें कदापि अन्धानुयायीके अतिरिक्त स्वच्छ नहीं कहे जा सकते।

अतएव हमारे बहुमूल्य कृत्रिम भोजन, जो घोर अपवित्रतासे बनाये जाते हैं, या बड़े, बड़े सुन्दर और रङ्गीन वस्त्र, जिनके मलादिके दोषोंको उनके रङ्ग और इत्र

आदिकी गन्धसे छिपानेका प्रयत्न किया जाता है चिरकालतक न धुलनेके कारण शरीरको अस्वच्छ करनेसे अपनी सुन्दरताकोभी कालिमा लगाते हैं, या वह अमूल्य सुवर्णादिके आभूषण, जिनपर मोहित होकर हमारी कोमल, और मृदु मंजुल स्त्रिया उनके घर्षण एवं मलादिसे शरीरको कठोर तथा अस्वच्छ करके कुरूप करलेती हैं कैसी मिथ्या स्वच्छता और कृत्रिम टीप-टाप है ?

उपरोक्त कथनसे यह परिणाम निकालना, कि हम छूताछूतके विरोधी हैं या अन्य जातियोंके साथ भोजन करनेका उपदेश करके प्राकृतिक धर्मका खण्डन करना चाहते हैं, निर्मूल है । नहीं ! कदापि नहीं ! ! हमारी सम्मतिमें दिखावेके अतिरिक्त जितनीभी छूताछूत एवं स्वच्छतासे काम लिया जाय उतनाही उत्तम है क्योंकि अस्पृशीयता केवल उन्हीं पदार्थोंसे होती है, जो किसी प्रकार हमारे शरीरको अस्वच्छ करते हैं । हम यहातक छूताछूत सम्बन्धी विचारके अनुकूल हैं कि अप्राकृतिक या कृत्रिम भोजन तो एक ओर रहा, वरन् नैसर्गिक आहार अर्थात् फलादिभी मनुष्यको स्वयं अपने हाथों द्वारा वृक्षोंसे प्राप्त करके सेवन करने चाहिये, जिससे अन्य व्यक्तिके शारीरिक दोषोंके कारण हमारे सेवनार्थ फलोंके दूषित होनेसे हमारे शरीरपर रोगों द्वारा अपकार न हो । इसके अतिरिक्त किसी अन्य व्यक्तिके शयनागारमें विश्राम करना तो बहुत बात है, वरन् किसी मनुष्यके वस्त्रों गलीचों एवं कुर्सी आदिका प्रयोग करना अन्य व्यक्तियोंके काममें आनेवाले अस्त्रोंसे भद्र कराना, उन धोबियोंसे, जो अन्य मनुष्योंके वस्त्रोंके साथ वस्त्र धोते हो, वस्त्र धुलवाना और अन्य व्यक्तियोंके अद्बोछे, साबुन, कंधी या पात्रादिको काममें लानाभी स्वास्थ्यके विचारसे अस्वच्छ होनेके हेतु निषेध हैं । अपरञ्च यदि कोई छूताछूतको स्वास्थ्यका एक सर्वोच्च अङ्ग समझकर उसका इससेभी अधिक पालन कर सकता है, तो नगरोंसे पृथक् ऐसे स्थानोंमें निवास करना चाहिये जहाँ अग्निके धुएं और गैसों, दूषित पदार्थोंके परमाणुओं एवं घचा-घच जन संख्याके श्वास द्वारा अपवित्र की हुई वायुकीभी पहुंच न हो । किन्तु हमारे अनिवार्य सामाजिक बन्धनोसे ऐसा होना प्रायः असम्भव है । इसलिए यथाशक्ति खुले और पवित्र वायुके स्थानोंमें रहना चाहिये । इसके उपरान्त यदि हम छूताछूतके विचारको औरभी गम्भीर दृष्टिसे देखे, तो अन्य देश या जातिमेंही नहीं वरन् अपनी जातिमेंभी दम्पति सम्बन्ध केवल उन्हीं निकटवर्ती कुटुम्बोंसे होना चाहिये जिनकी

प्रकृति अधिकांश हमारी प्रकृतिके अनुकूल हो । कारण यह कि अन्य जातिके स्त्री, पुरुषोंसे मैथुन करनेपर यदि एक पक्ष स्वच्छ है और दूसरा अस्वच्छ अर्थात् रोगी है, तो प्रकृतिमें अन्तर होनेसे यद्यपि अस्वच्छ पक्षको लाभ है तथापि स्वच्छ पक्षको केवल हानिही है ।

आज-कल हमारे देशमें प्राकृतिक धर्मके विपरीत उन अस्पृशीय जातियोंको, जो पीढ़ियोंकी अस्वच्छताके कारण नीच और अछूत समझी जाती हैं उच्च जातियोंके समान देखे जाने और उनसे छूताछूतका विचार त्याग देनेकी लहर उठ रही है । अतः हमभी इससे सहमत हैं । परन्तु खेद है कि यह बात विज्ञान विपरीत है कि अछूत जातियोंको उदार विचारसे हम एकैक अपने समान कर लें । क्योंकि यदि हम अपने हाथसे भले प्रकार एक घन्टे पर्यन्त विष्टेको मथें तो साबुन सरीखे तीक्ष्ण पदार्थोंको मलकर हाथ धोनेसे भी कई घन्टेतक हमारा हाथ दुर्गन्धसे मुक्त न होगा । अतः ऐसी दशामें जबतक हमारा हाथ दुर्गन्धसे शून्य न हो जावे मुखके सेवनार्थ भोजन देनेके निमित्त अस्पृशीयही रहेगा, और उसीके सदृश उन जातियोंका, जो वास्तवमें हमसे भिन्न नहीं है, किन्तु पीढ़ियोंसे विष्टे या चामका या अन्य कोई अपवित्र कार्य करती रही हैं, और जिनके गात्रके प्रत्येक कणमें उस कार्यके करनेसे उसके अपवित्र और दूषित परमाणुओका मिश्रण हो गया, एक जन्ममेंही नहीं, प्रयुत पीढ़ियोंमेंभी उन दोषोंसे मुक्त होना दुर्लभ है । अतएव उन नीच जातियोंसे जबतक वह दूषित विकार, जिनके द्वारा वह अस्पृशीय हो रही हैं सर्वथा पृथक् नहो जाये तबतक विज्ञानकी दृष्टिसे किसी प्रकार उनका स्पर्शीय होना नहीं स्वीकार किया जा सकता । क्योंकि जबतक वह अस्वच्छ जातियां पूर्ण प्राकृतिक स्वच्छताको प्राप्त न हो जावें हमको उनके स्पर्शसे उनके दूषित स्वभावके कारण अपने स्वच्छ शरीरके रोगोंसे पीड़ित होनेकी सम्भावना है; और इसीसे प्रकृति हमारी ज्ञानेन्द्रियों द्वारा उनके शरीरकी विपैली गन्धादिका ज्ञान कराकर उनसे भिन्न रहनेका उपदेश करती है । किन्तु इसपरभी हमारी सम्मति है कि नीच जातियोंसे अपवित्र व्यवसायोंका त्यागन कराकर उनकी क्रमशः उन्नतिका मार्ग दिखाना चाहिये । अन्यथा यह बड़ा अन्याय है कि हम अपने स्वार्थवश किसी मनुष्यकी जातिके पतनका हेतु बनें ।

स्वच्छताका वास्तविक अर्थ प्रकृतिका अनुयायी होना है । क्योंकि हम पशुलेहा अध्यन कर चुके हैं—हमारी ज्ञानेन्द्रियोंको घृणा केवल उन्हीं पदार्थोंसे होती है, जो

हमारे शरीरको अस्वच्छ अर्थात् रोगी करते हैं, और हमारे शरीरको अनावश्यक अस्वच्छ करनेवाले केवल वही पदार्थ होते हैं, जो मानवीय प्रकृतिके विपरीत हैं, और रोगभी केवल उन्हीं पदार्थोंसे होते हैं जो प्रकृतिके विपरीत होनेके कारण शरीरको दूषित करते हैं। अतएव प्रकृतिपर न चलनाही अस्वच्छताको स्थान देना है, और अस्वच्छताको मार्ग देनाही निर्मल शरीरको रोग मन्दिर बनाना है। निदान अस्वच्छताके केवल उन अनिवार्य और सूक्ष्म दोषोंके आतिरक्त, जो प्रकृतिने कमशः हमारे शरीरको धीरे, धीरे अस्वच्छ बनाकर आयुकी पूर्णावधिको प्राप्त होनेपर उसकी मृत्युके साधन रखे हैं, स्वच्छताके मार्गपर चलनेवाला कभी रोगी नहीं हो सकता। परन्तु पूर्णतः स्वच्छताका पालन करना आज कलके दिखावटी मनुष्योंको बहुतही कठिन है। अत न्यूनातिन्यून उन रोगियोंके लिए जो अपने दारुण रोगोंसे दुःखी होकर उनसे मुक्त होना चाहते हैं, चाहिये अपने खान-पान और रहन-सहनआदिके विषयमें यथाशक्ति स्वच्छतापर ध्यान रखे, उसीमें उनका कल्याण है। जो पदार्थ निर्मल दीखते हुएभी हमारे शरीरके बाह्य या आन्तरिक पदार्थोंको अस्वच्छ अर्थात् दूषित करें उसीसे उनको अस्वच्छ समझकर पृथक् रहना चाहिये। अन्यथा विना स्वच्छताकी शरण लिये हुए कोई रोगी अपने रोगोंसे मुक्त होकर आरोग्यता प्राप्त नहीं कर सकता। प्रत्युत स्वच्छ मनुष्यभी अस्वच्छताको स्थान देनेसे अस्वच्छ अर्थात् रोगी शरीरका हो जाता है।

## आरोग्यताके मुख्य नियम

**क्यों** कि 'प्राकृतिक विज्ञानकी' एक एक पंक्ति और अक्षरका धर्म है कि साहित्यकी दृष्टिसे, एक, एक बातका कई, कई स्थानपर पुनः

कथन करनेसे, च्युत होनेपरभी स्वास्थ्य सरीखे जटिल विज्ञानको समझानेके निमित्त मनुष्य मात्रको दयालु प्रकृति, माताकी शरणमें लाकर आरोग्यताके सुवर्ण मार्गपर चलानेका भरसक प्रयत्न करे। इसीसे यहांपर उन बातोंका जो अनेक बार कही जा चुकी हैं पुनः संक्षिप्त वर्णन किया जाता है। कारण यह कि हमारा जीवन और विकास केवल स्वास्थ्यपरही निर्भर है। वड़ेसे बड़ा सुख जो ससारमें किसीको प्राप्त हो सकता है, विना आरोग्यताके निरर्थक है। अतएव जीवनकी अभिलाषासे निम्न लिखित-नियमोंपर पूर्ण ध्यान देना चाहिये—

आज-कलके खान-पानकी दुर्गतिसे हमको सबसे अधिक इसी विषयपर लेखनी उठानी पड़ती है । किन्तु थोड़ा, थोड़ा हम सभी आवश्यक विषयोंपर लिखते हैं ।

भोजन करनेसे कुछ समय पूर्व या उपरान्त कोई शारीरिक कड़ा काम या मानसिक जटिल समस्याओंके विचारनेका परिश्रम न करना चाहिये । अन्यथा परिश्रम द्वारा श्वासकी तीव्र गति उसे शरीरके बाहर फेंकनेका प्रयत्न करेगी या जो शक्तियां उस समय भोजनके प्रति पाचनका कार्य करना चाहती हैं उधरसे हटकर शारीरिक या मानसिक परिश्रम करनेमें व्यय होने लगेंगी । अतः भोजनके उपरान्त धीरे, धीरे मानसिक चिन्ताओंसे रहित होकर टहलना या शरीरको अंगड़ाकर विश्राम करनाही सर्वोत्तम है ।

सूर्यका उदय होतेही आवश्यकसे आवश्यक कार्योंसे चिन्ता रहित होकर सबसे पहिले अपने जीवनकी स्थिति रक्खनेके निमित्त शरीरको आहार देनेकी आवश्यकता है । अतः जो मनुष्य ऐसा नहीं करते वह बड़ी भूलपर हैं; प्रत्युत वह उसी ड्राईवरके सदृश हैं, जो बिना अग्नि और जलके ऐंजिन चलानेकी इच्छा रक्खता है ।

इस बातका ध्यान रक्खना चाहिये कि कोई पदार्थ हमारी ज्ञानेन्द्रियोंके प्रतिकूल होकर नासिका, जिह्वा, कण्ठ, दन्त और नखादिको सेवन करते समय कष्ट तो नहीं देता है; और यदि हम उसे प्रकृतिके विपरीत बलात् सेवन करते हैं तो आमाशय और अन्त्रादि नियमित रूपसे अपना कर्तव्य पालन करती हैं या नहीं; और प्रातःके सकाल शयन द्वारा विश्राम लेकर उठते समय हमारे शरीरमें चैतन्यता है या नहीं; और हमारा कण्ठ विकृत पदार्थोंसे उनके अटकनेके कारण दाहका हेतु तो नहीं होता है, जिससे हमको उस समय बहुतायतसे थूकनेको बाध्य होना पड़े; और मुखका स्वाद बिगड़ा हुआ तो नहीं है ?

यदि हमारी अन्त्रादि नियमित रूपसे मल त्यागनका काम नहीं करती हैं या हमारे कण्ठ और मुखमें घाव होनेसे विकृत पदार्थ आकर एकत्रित हो जाते हैं, जिससे हमारे दातोंकी सुन्दरता बिगड़नेसे उनको ब्रुश आदि द्वारा स्वच्छ करनेकी आवश्यकता होती है, तो प्राकृतिक आहार और चिकित्साके अतिरिक्त रेचक औषधियों या पिचकारी ( Enema ) द्वारा अन्त्रसे मलको निकालने या पान, तम्बाकू आदि सरीखे तीक्ष्ण पदार्थों अथवा ऊंगली आदि डालकर कण्ठको निर्मल या ब्रुश आदिसे दन्तोंको स्वच्छ करनेकी आवश्यकता नहीं है । क्योंकि इन अप्राकृतिक

साधनोसे रोगके मूल कारणोका नाश नहीं हो सकता, प्रत्युत लाभकी अपेक्षा हानिही होती है ।

यथा शक्ति रस हीन और तीक्ष्ण भोजनोंसे पृथक् रहना चाहिये । क्योंकि उनके पाचनार्थ उनको रसीला करनेके निमित्त उनसे रसोंकी प्राप्तिकी अपेक्षा हमारे आमाश्यादिके रसोंका व्यय होनेसे हमको शरीरमें जलकी पूर्तिके निमित्त प्यासका ज्ञान होता है, और शरीरका पोषण करनेकी अपेक्षा उनके तन्तुमय और स्थूल होनेसे विष्टेकी अनावश्यक उत्पत्ति होती है ।

यदि शुष्क और उत्तेजक भोजनो या कठोर परिश्रमके कारण शरीरके रसोंका अनावश्यक व्यय होनेसे प्यासका ज्ञान हो, तो केवल अनुत्तेजक, शीतल, निर्मल, चैतन्यता युक्त, गन्ध हीन जलका धीरे, धीरे चुसकी लगाकर उचित मात्रामे पान करना चाहिये । किन्तु लेमनेड, सोडा, बियर, शर्बत और गुलाब, केवडे एवं सौंफ आदिके अर्कसे सदा पृथक् रहना चाहिये ।

अधिक शीतल या ऊष्ण जल अपने तापकी उत्तेजनासे शरीरको उत्तेजित करके उसके तन्तुओंसे सामर्थ्याधिक परिश्रम लेकर उसकी शक्तियों और रसोका व्यय करता है । इसीसे पहिलेकी अपेक्षा और अधिक प्यासका ज्ञान होता है ।

प्यासको दमन करनेके हेतु बियर अर्थात् यक्की मदिरा या ताडी आदि शीतल जलसेभी उत्तेजक गुणोंकी होनेके कारण जलकी अपेक्षा अधिक उत्तेजना करती है । इसीसे उसके पान करनेसे स्नायु जाल द्वारा शरीरकी त्वचापरभी दाहका ज्ञान होता है, और रक्त सञ्चारमें वृद्धि होनेसे उसका व्यय तथा हमारी शक्तियों एवं रसोके कोषोंके शून्य होनेसे, जितनी मदिरा अधिक पान करते हैं उतनीही अधिक प्यास प्रतीत होती है । इसमें कोई सन्देह नहीं कि शीतल जलसेभी रसीले फलोंकी अपेक्षा अधिक प्यास जान पड़ती है, किन्तु वह मदिरा या बर्फ पान करनेके समान व्याकुल नहीं करती ।

आवश्यकतासे अधिक जलका पान करनेपरभी हमारे शरीरपर अपकारही होता है । क्योंकि यह बात अनुभवसे सिद्ध है कि अधिक मात्रा और शीतल या ऊष्ण तापके जल पीनेवालोकी प्यास दमन होनेके स्थानमें वृद्धिको प्राप्त होती है ।

प्रकृतिके नियमानुसार प्यासका ज्ञान होनेकी इच्छा शरीरमें रक्तके रसोके आवश्यक परिमाणकी मात्रा घटजानेपर अवलम्बित है । अतः जितना अधिक और



तीक्ष्ण तापमय जल सेवन किया जाता है उतनीही अधिक उसकी उत्तेजना द्वारा श्वेद प्रवाह होनेसे शरीरके रसोंके परिमाणकी मात्रामें अनावश्यक न्यूनता हो जाती है । इसीसे जितनी अधिक मात्रामें जितना अधिक शीतल या ऊष्ण तापका जल पान किया जाता है उतनीही प्यासकी वृद्धि होती जाती है । परन्तु यहभी उचित नहीं है कि प्यासका ज्ञान होते हुएभी रसीले फलोंके न मिलनेपर जल सेवनही न किया जाय । नहीं ! कदापि नहीं ! ऐसे समय जल अवश्य प्रयोग करना चाहिये । अन्यथा रक्तकण शरीरके तापसे नाश होना आरम्भ हो जावेंगे और रसोंकी न्यूनताके कारण रक्त सञ्चारकी गति उसी प्रकार कम हो जावेंगे जैसे गाढ़ी कीच साधारण मिट्टी मिश्रित जलकी अपेक्षा बहुतही मन्द गतिसे किसी बलमें छानी जा सकती है । अतः रक्तकी गति मन्द होनेसे हमारे शरीरका पोषण और शक्तियांभी मन्द हो जाती हैं । क्योंकि शरीरका पोषण और शक्तियोंकी प्राप्ति उसी प्रकार रक्तसे होती है, जिस प्रकार जलकी वाष्प द्वारा ऐंजिनको अपना काम करनेकी सामर्थ्य होती है, या जैसे जलसे वृक्ष अपने भोज्य पदार्थोंके सूक्ष्म होनेपर उनको जड़ों द्वारा चूसता है ।

जल सदा चुसको भरकर थोड़ा, थोड़ा पान करना चाहिये, जिससे शीतल या ऊष्ण जल मुखमें कुछ कालतक रहकर शरीरके तापके समान हो जाय और आमाशयमें पहुँचकर अपनी उत्तेजना द्वारा हमारे शरीरके जीवन-कणोंको ऐसा शिथिल न करदे जो वह अपने रसको रोकनेमें असमर्थ हों और त्वचासे श्वेद प्रवाह होने लगे, एकैक घूट भरके समस्त जल पीनेसे वायुसे भरे हुए आमाशयमें वैसीही खल-वली मच कर हानि न होवे जैसे वायुसे भरे हुए छोटे मुँहके पात्रको एकैक जलमें डुबानेसे वायुका वेग होता है ।

किसी परिश्रमके पश्चात् सदा कुछ काल ठहरकर जल पीना चाहिये, जिससे शरीरका ताप कम होनेके कारण जल अधिक उत्तेजक तापका प्रतीत न होनेके निमित्त श्वेद प्रवाहित करनेका हेतु न हो ।

अधिकांश हमको उन्हीं पदार्थोंका सेवन करना चाहिये, जिनसे प्यासका ज्ञान न हो । क्योंकि फलोंके रसोंकी अपेक्षा जल हमारे लिए एक कृत्रिम और भारी आहार है ।

यथा शक्ति जल ऐसे कूपका प्रयोग करना चाहिये, जिसका जल बहुतायतसे

खिचता हो, जिसके ऊपर कोई वृक्ष न हो, जो वर्षा में कई बार स्वच्छ किया जाता हो, जिसमें अपवित्र पात्र न डाले जाते हो, जिसका जल बहुत नीचेपर हो, जिसके जलसे धातुओंका रङ्ग भद्दा न पड़ता हो, जिसके निकट न्यूनातिन्यून सौ फीट तक चारों ओर कोई अपवित्र पदार्थोंका गढा या नाली न हो, जिसका जल स्वादमें खारी न हो, जिसमें किसी प्रकारकी गन्ध न आती हो, जो किसी प्रकारके जीवोंसे रहित हो, इत्यादि, इत्यादि ।

प्रति दिन स्नान और भोजनके पश्चात् शरीरकी अवस्थाके अनुसार शुद्ध वायुमें ग्राम या नगरसे पृथक् चैतन्यता और नवजीवन प्रदान करनेवाले स्वच्छ और रमणीक स्थानपर थोड़ा बहुत अवश्य धीरे, धीरे टहलना चाहिये । क्योंकि हमारे प्रचलित रहन-सहनसे हमारा जीवन उदासीन हो जाता है ।

यदि शरीर अनावश्यक परिश्रम या थकित करने वाले टहलनेसे ताप मय हो जाय तो भूलकरभी प्रकृति के विपरीत शीतल पवनमें न बैठना चाहिये । अन्यथा हमारे शरीरको उसी प्रकार हानि पहुंचती है जिस प्रकार प्रकाशसे तिमिरके स्थानमें आनेपर हमारे नेत्रोंके दुःखसे दीखना बन्द हो जाता है ।

अति शीतल या ऊष्ण तापकी वायुमें कभी न टहलना चाहिये । क्योंकि उसकी उत्तेजनासे हमारे शरीरकी शक्तियोंका व्यय एवं अनेक रोगोंकी उत्पत्ति होती है । इसके अतिरिक्त ऊष्ण वायु जलसे हानि होनेके कारण हमारे शरीरके रसोंको चूसकर उसे जीवनरहित करनेकी चेष्टा करती है ।

सूर्यके तीक्ष्ण असह्य तापमें चलना या बैठनाभी हमारे लिए लाभकी अपेक्षा हानि अधिक पहुंचाता है । कारण यह कि तापसे हमारे रसोंका व्यय होनेपर शरीर अचैतन्य हो जाता है और नेत्रोंकी ज्योति क्षीण होने लगती है । इसीसे वन-पशु ग्रीष्मकालमें दोपहरके समय रमणीक हरे-भरे स्थानोंमें जलाशयोंके निकट विश्राम किया करते हैं ।

शरीरपर धारण करने या ओढ़ने विछानेके प्रयोगमें लानेवाले वस्त्र सदा कम बड़े हुए फीके सूत और छीदी बुनावटके ऋतुके अनुसार दुर्तापवाहक होने चाहिये । शीतलतासे बचनेके निमित्त अति भारी और अनप्रवेशनीय वस्त्र कभी धारण न करने चाहिये । क्योंकि ऐसा करनेसे जिस विचारसे उन वस्त्रोंको प्रयोगमें लाया जाता है, सदा उसके प्रतिकूल परिणाम होते हैं । कारण यह कि अनप्रवेशनीय वस्त्र त्वचाको

दूषित वायु त्यागने और निर्मल वायु ग्रहण करनेमें बाधक होते हैं, जिनसे शरीरके पोषणकी अपेक्षा क्षति होती है; और अधिक दुर्तापवाहक वस्त्रोंसे वायुमण्डलका आवश्यक ताप शरीरतक न पहुंचनेसे हमारी त्वचा विष शून्य होने और चैतन्यता प्राप्त करनेकी अपेक्षा अचैतन्य और दूषित हो जाती है। अतः त्वचाको निर्बल बनाना अधिक दुर्तापवाहक और अनप्रवेशनीय वस्त्रोंकाही प्रयोग है, और इसीसे ऐसे वस्त्र प्रयोग करनेवालोंकोही अधिकांश निमोनिया या शीतके रोग होते हैं अथवा शीघ्र लक्ष्मा प्रभाव पड़ता है।

शरीरको सदा साधारण शीतल और पगोंको साधारण ऊष्ण रक्खना चाहिये। शिर और ग्रीवाको साधारण शीतसे नन्दाना बड़ी भूल है। क्योंकि ऐसा करनेसे हम बाह्य शीत (जुकाम) की आखेट होते हैं। किन्तु सूर्यके तीक्ष्ण ताप या असह्य शीतलतासे अवश्य रक्षा करनी चाहिये। अपनी प्रकृतिकी अनुकूल ऋतुओंमें शिर और पगोंको नम्र करके स्वच्छ स्थानोंमें टहलना स्वास्थ्यकी दृष्टिसे बहुतही उत्तम है।

आरोग्य रहनेकी इच्छासे मनुष्यमात्रको प्रकृतिकी आज्ञापर स्नानादि द्वारा त्वचाको स्वच्छ रक्खनेमें उपेक्षासे काम न लेना चाहिये। क्योंकि त्वचा श्वेदका प्रवाह करनेके अतिरिक्त शुद्ध वायु ग्रहण करने और अशुद्ध वायुके त्यागन करनेकाभी काम करती है। अतः स्नानादि द्वारा उसके छिद्र पूर्णता खुले रहनेकी आवश्यकता है। यदि शीतलताके कारण ऋतु और देश हमारी प्रकृतिके अनुकूल न हों तो प्रति सप्ताह एक बार सह्य ऊष्ण जलके स्नान द्वारा त्वचाके मलको फुलाकर उसे स्वच्छ करना चाहिये। किन्तु ऊष्ण जल अधिक प्रभावसे जीवन हीन होनेके कारण शीतल (ताज़ा) जलके समान उपयोगी नहीं है।

अति शीतल या ऊष्ण जल अथवा वायुका स्नान कोईभी हितकर नहीं है। क्योंकि उसकी उत्तेजना रक्तकी गतिमें वृद्धि करके उसका और हमारी शक्तियोंका व्यय करनेके अतिरिक्त हमारे जीवन कोषोंको वेधकर उनमें दाह करती है। इसीसे अति शीतल पवनमें चलने या अति शीतल जल शिरपर डालनेसे हमारे जीवन-क्राणोंके टूटनेपर शिरमें दाह और नासिकासे जल प्रवाहित होनेके कारण छींकें आने लगती हैं।

स्वास्थ्य रक्षार्थ श्वासभी नियमित रीतिसे लेना चाहिये। क्योंकि

अधिकांश मनुष्य अनुचित दशामे श्वास लेनेसे फुफ्फुस, कण्ठ और वायु नाली आदिके रोगोंमें ग्रसित हो जाते हैं। वह प्रकृतिके प्रतिकूल नासिकाकी अपेक्षा मुखसे श्वास लेते हैं। मुखका कर्तव्य केवल बोलना और खाना पीना है, और नासिकाका काम सूंघना और श्वास लेना है। जो श्वास नासिका द्वारा फुफ्फुसमें प्रवेश करता है, वह नासिकाके हेर-फेरके मार्गमें अनेक अवयवोंसे टकराकर उनके ताप द्वारा शरीरके तापकी श्रेणीका हो जाता है, परन्तु मुखसे वायु सेवन करनेपर, फुफ्फुसतक सीधा मार्ग होनेसे, वह शरीरके तापके समान तापकी न हो जानेके कारण श्वासने शीतल या ऊष्ण तापसे फुफ्फुस एवं श्वास नालीमें दाह करती है। अतः कभी मुखसे श्वास न लेना चाहिये। पत्युत शीघ्र बोलना या स्वर खींचकर गाना अथवा चिल्लानाभी फुफ्फुसादिपर वही प्रभाव करता है जो मुखसे श्वास लेनेपर होता है। खेद है हमारे देशके सुवर्णकार फुफ्फुससे रक्त शुद्ध करनेकी अपेक्षा अभिको प्रज्वलित करनेमें धौंकनीका काम लेते हैं, और हमारे हुकके रसिया उनको विषैले गैसोंसे अपवित्र करते हैं।

यदि हम दीर्घायु होना चाहते हैं तो शयन करने और निद्रासे जागरित होनेका समय नियमित होना चाहिये। क्योंकि दिन भरके परिश्रमसे थकित शरीरको पुनः चैतन्य और नवजीवित करनेका उपाय केवल रात्रिमें सूर्यास्त होनेपर शयन करना और सूर्योदके समय जागरित होना है। इसके अतिरिक्त ग्रीष्म ऋतुमें सूर्यका अधिक तेजस्वी ताप होनेपर दिनके मध्य कालमेंभी विश्रामकी आवश्यकता है। शयन करनेके स्थान अन्य पदार्थोंसे शून्य, स्वच्छ और यथेष्ट वायु और प्रकाशको मार्ग देनेवाले होने चाहिये, और उनकी खिडकिया सदा शयन करते समय वायु सञ्चारके निमित्त खुली रहनी चाहिये।

ऐसे रोगोंमें जिनमें रोगीको निद्रा नहीं आती है, कभी भूलकरभी डाक्टरोंको ऐसा अवकाश न देना चाहिये कि वह Bromide of Potassium, Chloral Hydrate and Morphia सरीखी मादक औषधियोंसे हमको कृत्रिम मूर्च्छा लानेकी चेष्टा करें। क्योंकि वास्तवमें उक्त मादक और विषैले पदार्थोंसे कभी प्राकृतिक निद्रा नहीं लायी जा सकती, वरन् हम उनके मदमें ज्ञान तन्तुओंके शिथिल हो जानेपर ज्ञानसे वञ्चित हो जाते हैं। इसीसे प्राकृतिक निद्राके उपरान्त विश्रामके कारण मनुष्य चैतन्य और नवजीवित हो जाता है, परन्तु मादक पदार्थों

## औषधियोंका शरीरपर अपकार

द्वारा ज्ञान रहित किया हुआ मनुष्य मदका प्रभाव जानके उपरान्त पहिलेसेभी अधिक शिथिल और थकित प्रतीत होता है; और कमशः हम उन मादक पदार्थोंकी अधिक मात्रा प्रयोग करनेके ऐसेही अभ्यस्त हो जाते हैं, जैसे कर्तव्य हीन अन्त्रादि विना नित्य रेचक पदार्थोंकी मात्रा वृद्धि किये अपने धर्मका पालन नहीं करती। अतः मादक पदार्थोंका प्रयोग करनेवाले डाक्टरोंकी चिकित्सा हमारे तन्तुओंको निष्कर्म करके हमारे शरीरमें स्नायु और मेस्तिक सम्बन्धी रोगोंकी कृषि करती हैं।

यदि हम बहुत अंशोंमें प्रकृतिके अनुकूल नहीं चल सकते हैं तोभी अति तीक्ष्ण पदार्थोंसे बचना, क्षुधाके अनुकूल भोजन, समयपर विश्राम, शक्तिके भीतर परिश्रम, नियमित रूपसे मल, मूत्र त्यागन, आवश्यकतानुसार प्राकृतिक व्यायाम और भरसक स्वच्छतासे रहकर आडम्बर शून्य जीवन निर्वाह करना चाहिये।

## औषधियोंका शरीरपर अपकार

आज पुरातन युग बीत गये हैं और समस्त संसारमें युगान्तर हो रहा है, परन्तु औषधियोंने हमारे शरीरको रोग मन्दिर बनाकर ऐसा आधीन किया है कि हमारा जल और भोजनभी उनसे मिश्रित होता है। क्योंकि जबतक हमारे प्रत्येक शाकादिमें चार, पांच तीक्ष्ण मसाले (औषधि) सम्मिलित नहीं किये जाते या सोडा, नीबू और शकर आदिसे मिश्रित जल नहीं होता, या भोजनके उपरान्त पान, तम्बाकू, सिग्रेट, सौंफ, इलायची या किसी प्रकारके पाचक चूर्णादि प्राप्त नहीं होते तबतक हम उनके लिए विकलही रहते हैं। कारण यह कि मसाले या तीक्ष्ण पदार्थ (औषधि) हमारी आमाशयिक भीतके जीवन-कोषोको नित्य खुरचते, खुरचते वैसेही कठोर और जीवन हीन कर देते हैं जैसे कड़ा काम करनेपर हस्त-तलकी त्वचा निर्जीव हो जाती है, और जिस प्रकार हस्त-तलके कठोर होनेपर त्वचाके रक्तहीन होनेके कारण सुईकी अपेक्षा अधिक तीक्ष्ण अत्र चुभानेपरही रक्त निकलता है, उसी प्रकार आमाशयिक भीतके कठोर और जीवन रहित होनेसे जबतक पहिलेकी अपेक्षा उन पदार्थोंकी तीक्ष्णताके हेतु उनकी मात्रामें अधिक वृद्धि न की जाय तबतक वह आमाशयिक भीतको खुरचकर भोज-

नोंके पाचनार्थ रसोभा छाव करनेमें असफल होते हैं, और उनकी उत्तेजनासे रक्त सञ्चारकी गति सामर्थ्यसे अधिक तीव्र होनेपर कुछ कालमें वह उसी प्रकार मन्द या शिथिल हो जाती है जिस प्रकार घन्टेमें दस मील दौड़नेकी सामर्थ्य वाले घोडेको पीटकर वर्ल्ड् पन्ट्रह मील भगानेसे वह अगले दिन दस मील प्रति घन्टाभी दौड़नेको असमर्थ होना है । निदान् औषधियों द्वारा अवयवोंके शिथिल हो जाने पर उनसे काम लेनेके लिए हमको विवश हो उनकी मात्रा और तीक्ष्णतामें वृद्धि करनेको दिनोदिन बाध्य होना पड़ता है, और इतना होते हुएभी हमारे बालक संसारमें जन्म लेने नहीं पाते कि हमारी स्त्रिया उनके पुष्प सरीखे कोमल शरीरपर अपकार करके औषधियोंका दास बनानेके निमित्त पहिलेसेही उनके लिए घुट्टी आदि प्रस्तुत रखती है ।

शोकका स्थान है कि जिन औषधियोंकी कृपासे हम अपना वास्तविक स्वास्थ्य खो बैठे हैं, और जिनके बिना सहारे हमारे आमाशयादि एक दिनभी अपना काम नहीं कर सकते, उन्हेंको अपना जीवन और मुक्ति कर्त्ता समझे हुए हैं । आज दिन समस्त ससारमे राज्यक्रान्तिकी लहर फैल रही है, धूर्तोंकी पोल खुल रही है और मिथ्या बन्धनोकी सदाको रस्सी काटी जा रही है । अत विचारशील अपने नेत्रोंकी पट्टी खोलकर यथार्थ वातका निर्णय करें और औषधियोंकी धोखेकी दृष्टीसे बचें ।

आज दिन ऐलोपैयिक विज्ञानके रसायन शास्त्री अनेक नूतन और प्रभावशाली औषधियोंका आविष्कार करते चले जा रहे हैं, किन्तु उनमेसे प्रायः अनेक अनुभव पीछे भयकर आपत्तियोंकी हेतु होनेसे चिकित्सा शास्त्रसे पृथक् कर दी जाती हैं या उनमे अन्य पदार्थोंका मिश्रण करके उनके तीक्ष्ण गुणोंके न्यून करनेकी चेष्टा की जाती है । इसका केवल एक मात्र यही कारण है कि वह औषधिया साधारण औषधियोंकी अपेक्षा कहीं अधिक तीक्ष्ण होती हैं, और उनके अवगुण शीघ्र दर्श जाते हैं । परन्तु हमारा यही कथन है “ प्राकृतिक आहारके अतिरिक्त औषधि मात्र विष है ” चाहे उसमे तीक्ष्णता न्यून हो अथवा अधिक । औषधियोंको उपयोगी समझना केवल एक भ्रम है । प्रत्येक औषधि अपने प्रभावशाली तीक्ष्ण गुणोंसे हमारे जीवन-कणोंको वेधकर वायुकी सहायतासे या अपने झुलसाने वाले तापसे उनका नाश और विकृत पदार्थोंमे रूपान्तर एवं रक्त और शक्तियोंका व्यय करती है । हमारे प्राकृतिक आहारके

अतिरिक्त ऐसी कोईभी औषधि नहीं है, जो अपनी तीक्ष्ण प्रकृतिके कारण अनावश्यक मीठे, खट्टे, खारी, कधीले, कटु, अस्वादिष्ट, कण्ठमे अटकनेवाले, या दुर्गन्धादिके गुणोंसे वञ्चित अथवा हमारी प्रकृतिके प्रतिकूल साधनोसे न बनायी गयी हो, और यह पहिलेही सिद्ध हो चुका है कि तीक्ष्ण या उत्तेजक पदार्थ हमारे जीवन-कोषोंको वेधकर उनका विसङ्गठन करके उनके जीवनके रासायनिक पदार्थोंको उसी प्रकार वायुमण्डलमें लय और वायुकी सहायतासे विकृत कणोंमें रूपान्तर करते हुए हमारे शरीरको क्षीण और अनेक रोगोंको उत्पन्न करते हैं, जिस प्रकार किसी अन्नसे काशीफल ( कोड़ा ) को त्वचा विहीन करनेसे वायुकी सहायता द्वारा उसका सड़कर दूषित पदार्थोंमें परिवर्तन हो जाता है । अतः हमारी ज्ञानेन्द्रियो द्वारा औषधियोंकी उत्तेजनका ज्ञान होनेसे हमारी प्रकृति उनके सेवनकी आज्ञा नहीं देती । परन्तु खेद है हम नेत्र और बुद्धिका अभिमान करते हुएभी उन अज्ञान बालकोंसे गये वीते हैं, जो माताके स्तनोसे किसी कटु पदार्थके लग जानेपर या माताके किसी रोगसे पीड़ित होनेके कारण दूधके अस्वादिष्ट होनेसे, क्षुधासे विकल होकर रुदन करते हुए प्राण जानेके समय-तकभी स्तनोंको मुखमे नहीं लेते ।

हमारे डाक्टर, वैद्य या हकीम औषधियो द्वारा हमारे दुष्ट रोगोंकी चिकित्सा करनेकी अपेक्षा दोनो हाथोंसे हमारा गला घोटते हैं । हम डाक्टर महाशयसे आखोंकी पीड़ासे मुक्त करनेकी प्रार्थना करते हैं, वह कोकिन लोशन ( Cocaine lotion ) या उसी प्रकारकी अन्य कोई ज्ञान तन्तुओंको शिथिल करनेवाली औषधि लगा देते हैं, और हमभी बुद्धिपर पत्थर पड़ जानेसे समझते हैं, कि दयालु और योग्य डाक्टर महाशयने ऐसी उत्तम औषधि प्रदान करनेकी कृपा की, कि क्षण भरमे पीडा छुप्त हो गयी । हा ! हम यह विचारनेका कष्ट नहीं उठाते— हमारे नेत्र उस कोकिन लोशन द्वारा रोगसे मुक्त नहीं हुए हैं । केवल नेत्रोंके ज्ञान तन्तुओंके शिथिल होनेसे हम उनकी पीडाका ज्ञान करनेमें उसी प्रकार असमर्थ हैं, जिस प्रकार मदिरा या अन्य मादक पदार्थ सेवन करनेके उपरान्त मनुष्य अपनी चिन्ताओंका चिन्तन करनेको असमर्थ होता है । किन्तु जैसे मादक पदार्थोंके मदका प्रभाव जानेपर मनुष्यको पुनः उसकी चिन्ताएं घेरने लगती हैं, उसी प्रकार औषधियोंका ज्ञान तन्तुओंको शिथिल करनेवाला प्रभाव जानेके उपरान्त हमारे

नेत्रोंकी पीड़ा दुःख देने लगती है । परन्तु कभी, कभी ऐसाभी होता है कि उपरोक्त प्रकृतिके ज्ञानतन्तुओंको शिथिल करनेवाले पदार्थोंका प्रभाव जानेपर पीड़ाका ज्ञान नहीं होता अर्थात् हम रोगसे मुक्त हो जाते हैं । किन्तु इसका श्रेय ज्ञान तन्तुओंको शिथिल करनेवाली औषधियों या हमारे डाक्टर महाशयकी चतुरताको नहीं है । इसका ऐश्वर्य प्रकृतिके मायेही है । क्योंकि जिस प्रकार भारी चोटकी पीड़ाएं या विच्छूके दंशनेका दारुण कष्ट अपनी परिमित अवधिसे भीतर स्वयं जाता रहता है उसी प्रकार अनेक पीड़ाओंका कुछ कालमें स्वयं अन्त हो जाता है; और जैसे विच्छूके काटे हुए स्थानके ज्ञान तन्तुओंको तीन, चार दिनके लिए शिथिल किया जा सकता है, उसी प्रकार अनेक उन रोगोंके जो स्वतः ही शीघ्र शरीरसे जाते रहते हैं, पीड़ित स्थानके ज्ञान तन्तुओंको शिथिल कर देनेसे औषधियोंका प्रभाव जानेकी अपेक्षा पूर्व रोगसे मुक्त होनेके कारण हम पीड़ाका ज्ञान नहीं करते । या यों कहना चाहिये कि कोई मनुष्य यह सुनकर कि उसका पुत्र विदेशमें मृत्युको प्राप्त हो गया है, शोकसे विकल है । किन्तु मदिरा पान करनेपर वह उस शोकको सब भूल गया और दूसरे दिन मदका प्रभाव जानेसे पूर्वही अकस्मात् उसका वह पुत्र, जो वास्तवमें जीवित था, विदेशसे आजानेके कारण मदिराका मद उतरनेपरभी उसको शोक नहीं होता । किन्तु यह मदिराकी कृपा नहीं है, वरन् मद उतरनेपर पुत्रके उपस्थित मिलनेका कारण है । अतः कोई ज्ञान तन्तुओंके शिथिल करनेवाली औषधि पीड़ाके मूल कारणकी चिकित्सा नहीं कर सकती । क्योंकि पीड़ा अपनी परिमित अवधिसे पहिले उसी प्रकार नहीं जा सकती जिस प्रकार बर्फका डला हस्त तलपर रख देनेसे अपनी परिमित अवधिसे पूर्व जबतक पिघल न जाय तबतक अवश्य शीतल प्रतीत होगा । किन्तु इतना किया जा सकता है कि या तो ऐलो-पैथिक विज्ञानके सदृश हस्त तलकी त्वचाके ज्ञान तन्तुओंको औषधियों द्वारा शिथिल कर दिया जाय या हमारी चिकित्साके अनुसार हस्त तलपर दुर्तापवाहक ऊनी वस्त्र रखकर उसपर बर्फको रख दिया जाय तो जिस समयकी परिमित अवधितक वायु मण्डलादिके तापसे बर्फ पिघलेगी हमको उसके तापका ज्ञान न होगा । परन्तु उसके शीतल गुणको पृथक् करनेवाली औषधिया या ऊन नहीं हो सकती प्रत्युत उसकी प्रकृतिही क्रमशः वायु मण्डलको शीतल करके स्वयं ऊष्ण होने, अर्थात् वायुके तापके समान तापका होनेकी है, और ऐसी ही हमारी प्रकृति हमारे दाहके तापसे



वायु मण्डलको ऊष्ण करके उसके सदृश शरीरको शीतल तापका करके प्रत्येक समय रोगोंसे मुक्त करनेकी है । परन्तु शिथिल करनेवाली या अन्य तीक्ष्ण औषधियों और कुपथ्यसे हमारे रोगके कीटाणुओंको सहायता मिलती रहती है । इसलिए हम रोगसे मुक्त होनेकी अपेक्षा अधिकांश रोगी हो जाते हैं ।

हमारे डाक्टर महाशय अपना महत्व इसीमें दिखानेकी चेष्टा करते हैं, कि किसी प्रकार रोगको शरीरके भीतर इतना छिपा दें कि रोगीके परिचारकोंको उनमें पूर्ण श्रद्धा होजाय । इसीसे वृक्कादिकी विकल करनेवाली असह्य पीड़ाओके समय वह रोगीके रक्तको औरभी दूषित करनेके निमित्त मादक पदार्थोंका टीके द्वारा शरीरमें प्रवेश करके मस्तिष्क और ज्ञान तन्तुओंको शिथिल करनेपर मूर्छित करनेकी चेष्टा करते हैं । परन्तु उन मादक पदार्थोंकी मूर्च्छा उससेभी अधिक है जो तैयारके दंशनेकी चिकित्सा विच्छेदसे कटवाकर करायी जावे । उनके प्रयोगसे वस्तुतः रोगी पीड़ासे मुक्त नहीं होता, वरन् मस्तिष्क हीन होकर पीड़ाओका ज्ञान करनेको असमर्थ होता है । क्योंकि जबतक प्राकृतिक साधनोंसे हमारा शरीर दाह रहित नहीं होता तबतक पीड़ा बनी रहती है । खेद है इसपरभी हमारे वैज्ञानिक डाक्टर औषधियोंकी महिमाका गान करते, करते नहीं थकते !

प्रत्येक रोगके कीटाणु प्रकृतिके प्रतिकूल आहार-विहार करनेसे उसी प्रकार वृद्धि करते रहते हैं; जिस प्रकार फूसकी सहायतासे अग्नि प्रचंड होती रहती है, किन्तु यदि हम रोगोंके कीटाणुओंके अनुकूल साधनोंको वन्द करदे तो उनका पोषण न हो सकनेके कारण वैसेही उनमें अपनी जाति वृद्धि और हमारे जीवन-कोषोंको वेध कर उनका अपने रूपमें रूपान्तर करनेकी शक्ति नहीं रहती, जैसे कई सप्ताहतक आहार न मिलनेके कारण अति निर्बल होकर सिंह मैथुन द्वारा अपनी जाति वृद्धि या अपनी शक्तिसे हमारा हनन करनेको असमर्थ होता है । परन्तु वह मादक या तीक्ष्ण औषधियां हमारे ज्ञान तन्तुओंको शिथिल करने या अपनी उत्तेजना द्वारा हमारे जीवन-कणोंका विकृत पदार्थोंमें रूपान्तर करके रोगके कीटाणुओंको सहायता देनेके अतिरिक्त हमको कभीभी पीड़ाके वास्तविक दूषित गुणोंसे मुक्त नहीं करता । अतः हमको उन मादक पदार्थोंसे कभीभी हितकी आशा न रखनी चाहिये । हमारे डाक्टर महाशय केवल उन्हीं रोगोंमें उन मादक पदार्थों द्वारा प्रकृतिकी कृपाओंका और अपने शरीरपर रखने योग्य होते हैं, जिनके अन्त होनेके समयकी

परिमित अवधि ज्ञान तन्तुओंको शिथिल करनेवाली औषधियोंके प्रभावकी अवधिसे पूर्व होती है । अन्यथा जिन रोगोंके अविक्रम भयङ्कर होनेसे एकैक शरीरका नाश हो जाता है या जिनका इति होनेके कालकी परिमित अवधि शिथिल करनेवाले पदार्थोंके प्रभावकी अवधिसे अविक्रम होती है, वहा वह औषधिया शरीरको जीवन दान करनेमें या तो सर्वथाही निरर्थक सिद्ध होती हैं या उनके शिथिल करनेवाले प्रभावका काल समाप्त होतीही पुनः पीडाओंका ज्ञान होने लगता है । इसीसे विच्छूके दंशनेकी पीडाकी तीक्ष्णताका अनुभव करनेवाले ज्ञान तन्तु तीन, चार दिनके लिए अनेक औषधियों द्वारा शिथिल किये जा सकते हैं, क्योंकि विच्छूके विषका प्रभाव स्वतः ही जानेके समयकी परिमित अवधि केवल तीन चार दिन है । परन्तु उन मन्द पीडाओंमें जिनके प्रभावका अन्त होनेके समयकी नियमित अवधि अतिदीर्घ होती है रोगी निरन्तर पीडित रहता है, केवल कुछ कालके लिए ज्ञान तन्तुओंको शिथिल करके हमको उनका ज्ञान होनेसे वञ्चित रक्खा जा सकता है । यही कारण है कि हमारे महत्व पूर्ण चिकित्सक यदि किसीको रक्त विकार होता है तो औषधियों द्वारा दूषित कीटाणुओंका हनन करनेकी चेष्टा करते हैं, जिससे विकृत कणोंके अतिरिक्त हमारे अनेक रक्त कणोंकाभी हनन और निर्वल होनेके कारण रक्तकी गति शिथिल हो जाती है और जो विकृत कण हनन होनेसे शेष रहगये हैं धीरे, धीरे वृद्धि करते रहते हैं । क्योंकि किसी औषधिसे उन समस्त विकृत कीटाणुओंको जो रक्तके समस्त कणोंके साथ निवासकर रहे हैं तबतक नष्ट नहीं किया जा सकता जबतक कि उन औषधियोंसे हमारे रक्त कणोंकाभी पूर्णतः नाश न हो जाय । इसीसे रक्त विकारके रोगियोंको प्रतिवर्ष ग्रीष्म ऋतुमें रक्तके दूषित वीर्य कणोंके वृद्धि करते हुए प्रभावको शिथिल और मन्द करनेके हेतु चिरायते सरीखे पदार्थ सेवन करने या वमन, विरेचन द्वारा आमाशयादिको स्वच्छ करनेकी आवश्यकता होती है । इसके अतिरिक्त शिर पीडाओं और श्वास रोगादिमें बड़ी, बड़ा प्रभावशाली औषधियांभी कुछ अल्प कालके लिएही हमें पीडाका ज्ञान नहीं होने देती । परन्तु कुछ काल पीछेही हम ज्योंके त्यों पीडामें ग्रसित दाखते हैं । क्योंकि तीक्ष्ण औषधियोंसे दूषित कणोंका बहुत अंशमें हनन हो जानेके कारण उनके निर्वले और शिथिल होजानेसे और हमारे स्नायु एवं ज्ञान तन्तुओंके कर्तव्य च्युत हो जानेके हेतु हम अपनी पीडाका बहुत कम अनुभव करते हैं । शिथिल हुए, हुए

दूषित कण धीरे, धीरे रक्तसे अपने पोषण पदार्थ प्राप्त करके चैतन्य होने लगते हैं और बन्द मुंहवाले गन्दे नालेके सदृश शरीरके भीतरही भीतर अपनी वृद्धि करते रहते हैं, और अन्तमें प्रगट हो जाते हैं ।

अपरञ्च प्रत्येक औषधि अभ्यस्त होनेके उपरान्त अपने गुणोंमें प्रतिकूल प्रतीत होती है । इसीसे तम्बाकू सेवन करनेसे आरम्भ कालमें मितलीकी उत्तेजनाके कारण वमन हो जाती है, किन्तु उसका अभ्यस्त होने पीछे उसकी दीर्घ मात्राएंभी वमन करानेमें निरर्थक सिद्ध होती हैं, और इसी प्रकार रेवकातिरेचक और गरिष्ठातिगरिष्ठ पदार्थभी हमारे स्वाभाविक अभ्यासमें स्थान पा जाते हैं । क्योंकि आरम्भ कालमें किसी निश्चित मात्राकी एक रेचक वटि विरेचन द्वारा मल प्रवाहित करनेको यथेष्ट होती है, तो कुछ कालतक उसका निरन्तर प्रयोग करनेसे उसकी उसी तिथित मात्राकी कई, कई गोलियां सेवन करनेपरभी विरेचनका हेतु नहीं होता । कारण यह कि जिस प्रकार एक मदिरा पान करनेवालेको आरम्भ कालमें, उसके कुछ बिन्दुओंसेही मदके प्रभावका अनुभव होता है, किन्तु उसके निरन्तर सेवन करनेसे हमारे ज्ञान तन्तुओंसे उनकी सामर्थ्यसे अधिक काम लिये जानेके हेतु उनके शिथिल और कर्तव्य हीन हो जानेके कारण उसकी बड़ी, बड़ी बोतलें सटक-नेपरभी मदका प्रभाव नहीं प्रतीत होता । इसीसे जिस प्रकार गत् दिवसके सदृश मदकी उत्तेजनाकी इच्छासे मदिरा पान करनेवालेको स्वभाव वश दिनोदिन मदिराकी मात्रामें वृद्धि करनेको बाध्य होना पड़ता है, उसी प्रकार प्रत्येक तीक्ष्ण औषधि द्वारा आदिकालमें शरीरके स्राव और तन्तुओंको उत्तेजित करके प्रतिक्रिया द्वारा उनकी सामर्थ्यसे अधिक परिश्रम लिया जानेके निमित्त रक्तकी गतिमें वृद्धि हो जानेसे उसका और शक्तियोंका अनावश्यक व्यय होनेके कारण उनके शिथिल और निर्बल हो जानेसे आगेको बलात् परिश्रम लेनेके निमित्त गत् दिवसके समान उत्ते-जित करनेके लिए नित्य उनकी मात्रा और तीक्ष्णतामें वृद्धि करनी होती है, और हमारे शरीरके कर्तव्य हीन हो जानेके कारण हमको उनकी दासत्व स्वीकार करनी पड़ती है । क्योंकि फिर विना औषधियोंकी उत्तेजनाके हमारे शरीरके अवयव प्राकृतिक रूपसे अपने धर्मका पालन करना त्याग देते हैं । अतः औषधियोंको निरन्तर-सेवन करनेवाले उसी अपयुद्धीके सदृश हैं, जिसको विना अपयूनके कलही नहीं पड़ती । परन्तु अन्तमें हमारा शरीर तीक्ष्णसे तीक्ष्ण औषधिकी अधिकसे

अधिक मात्रा सेवन करनेपरभी अपने कर्तव्यका पालन उसी प्रकार नहीं करता जिस प्रकार एक क्षुधा पीड़ित और थकित बैल यद्यपि पिटते-कुटते अपनी सामर्थ्यसे अधिक मार्गतक गाड़ी घसीटकर ले जाता है, किन्तु अन्ततः जब अति थकित होनेसे उसकी शक्ति सर्वथा उत्तर दे बैठती है तो उसका शरीर काट डालनेपरभी वह एक पग नहीं सरकता ।

हमारे चिकित्सक विज्ञान, विज्ञान पुकारते एक गये; परन्तु इसपरभी ऐसे तीक्ष्ण क्षार, और अमलादि प्रयोग करते हैं, जो हमारे कोमल शरीरके अतिरिक्त लोहा, चादी और पत्थर आदिकोभी काट देते हैं । यह कौन नहीं जानता कि तनिक असह्य शीतसे दाह होकर हमारे हाथ, पैर सूज जाते हैं, श्वास नाली और मुखमें रुद्ध या अरुद्ध घाव होकर कण्ठादिमें दाहका ज्ञान, और कफके विकृत कीटाणु एकत्रित होने लगते हैं, किसी पदार्थके लेश मात्र तीक्ष्ण गुणसे हमारे जीवन-कणोंकी त्वचा कष्टका अनुभव करती है, तब क्या कोई डाक्टर विज्ञानकी शरण लेते हुए यह कहनेका साहस करेगा—किसी रोगीको किसी तीक्ष्ण पदार्थकी अल्पात्यल्प मात्राभी लाभ प्रद हो सकती है ! हा, केवल इतनाही सम्भव है कि जिस प्रकार आरम्भ कालमें शीतसे सूज जानेवाले पैर निरन्तर शीतलताके संसर्गसे पग-तलोंकी त्वचा निर्जीव और कठोर होकर दुर्तापवाहक हो जानेके कारण अपने नाचकी स्वस्थ त्वचाको शीतका ज्ञान नहीं होने देती, उसी प्रकार तीक्ष्ण औषधियोंका अभ्यस्त होनेके उपरान्त हमारे अवयवोंकी त्वचाके जीवन हीन हो जानेसे हम उनकी तीक्ष्णताका साधारण रीतिसे अनुभव नहीं कर सकते ।

लोहेके बड़े, बड़े यन्त्र और ऐंजिन आदिमेंभी कोई वैज्ञानिक ऐसे तीक्ष्ण पदार्थोंकी सहायता लेनेसे यथा शक्ति पृथक् रहता है, जिनसे लोहा क्षीण होकर यन्त्र निर्धर्म हो जाय किन्तु हमारे चिकित्सक इसी उधेड़-बुनमें रहते हैं—किसी प्रकार ऐसी तीक्ष्ण औषधि हाथ लगे जो विकृत जीवोंके अतिरिक्त मांस, ग्रन्थियों और अस्थि आदिकोभी काटकर फेकदे । इसीसे बड़े, बड़े वैज्ञानिक डाक्टर कोमल घावोंपर मांस काटनेके अर्थसे तृतीया सरीखे कष्ट देनेवाले पदार्थ प्रयोग करते हैं, और अर्शादिकी तो उनके शास्त्रमें केवल यही चिकित्सा है, कि औषधियों द्वारा अथवा शल्य क्रियासे रोगीके प्राणोंपर बीतते हुएभी उसके मस्सोंको काट दिया जाय । यहभी एक अच्छी चिकित्सा है 'आख फूटी पीड़ा गयी !' परन्तु इसपर

भी अनेक रोगियोंके पुनः अर्शके मस्से उभर आते हैं । कारण यह कि मस्से काटकर अर्श रोगके कीट निर्वार्य कर देनेपरभी रोगका मूल कारण नहीं जाता । शोक है—इसपर भी हमारे चिकित्सक प्रत्येक रोगके लिए तीक्ष्ण औषधियां और अन्न लिये खड़ेही रहते हैं !

बड़े, बड़े, विद्वान चिकित्सक तीक्ष्ण औषधियोंका प्रयोग केवल इसीसे करते हैं कि उनके द्वारा रोगके कीटोंका नाश हो, या उनकी उत्तेजनासे विश्रामकी इच्छा करनेवाला हमारा थकित स्नायु जाल और तन्तु समुदाय कृत्रिम प्रतिक्रियासे उत्तेजित होकर उसी थके हुए वैलके सदृश काम करने लगे जो निर्दयी स्वामीकी मारसे विवश होकर फिर कुछ चलनेकी चेष्टा करता है, या उनकी खुरचनेवाली प्रकृतिसे आमशयादिकी भीतसे रसोंका स्राव होकर पाचन शीघ्र हो, या उनकी उत्तेजनासे रक्तकी गतिमें वृद्धि होनेसे रोगके कीटाणु अस्तव्यस्त हो जायं, जिससे उनका प्रभाव कम हो जाय, या उनकी शिथिल करनेवाली शक्तिसे ज्ञान तन्तुओ अथवा मस्तिष्कके शिथिल होनेसे पीडाका ज्ञान न हो इत्यादि, इत्यादि । परन्तु यह कोई नहीं विचारता कि इस प्रकार हमारी शक्तियों और रक्तका अनावश्यक व्यय करने और विश्राम एवं रसोंकी वृद्धि होनेकी अपेक्षा औषधियोंकी तीक्ष्णता द्वारा हमारे थकित शरीरसे अनुचित परिश्रम लेनेपर रसोंका इति होनेका कितना भयङ्कर परिणाम है ? यह तीक्ष्ण औषधिया हमारे शरीरको शुद्ध करनेकी चेष्टासे अशुद्ध करनेके अतिरिक्त उसी प्रकार क्षीण करती रहती हैं, जिस प्रकार मलयुक्त चादी अमलादिसे निखारनेमें नित्य क्षीण होती रहती है, या जैसे तीस मील प्रति घन्टे चलनेवाले ऐंजिनको चालीस मील प्रति घन्टा चलानेसे उसकी मैशीनरी आवश्यकतासे अधिक क्षीण होती रहती है ।

अनेक औषधियां प्रत्युत किसी न किसी रूपसे समस्त औषधिया इस प्रकार अनुभवमे आयी हैं, जिनकी अल्प मात्रा हमारे जीवन कर्णोंका हनन करते हुए भी रोगके कीटाणुओंको नष्ट करनेमें असफल होती हैं, और दीर्घ मात्रा प्रयोग करनेसे जिह्वा या जिस स्थानसे स्पर्श हो उसपर दृश्य या अदृश्य छाले उठ आते हैं या घाव हो जाते हैं, कान गुनगुनानेका शब्द और शुष्कता प्रगट करते हैं, नेत्रोंसे कम दीखने लगता है तथा अन्य अनेक नवीन रोगोंकी उत्पत्ति हो जाती है, अर्थात् ज्वरसे मुक्त करनेके उपायमें अन्य कई व्याधियां पीछे हो लेती हैं । परन्तु इसपरभी हमारे चिकित्सक औषधियोंको उपयोगीही कहते हैं !

हमारी देशी एव विदेशी औषधियां सभी एक ओरसे विष हैं। हम जब चिकित्सालयों या रसायन शालाओंमें प्रवेश करते हैं तो औषधियोंकी तीक्ष्ण गन्धोंसे हमारा मस्तिष्क फटने और छोकें आने लगती हैं, और कभी, कभी उनके सूक्ष्म परमाणुओंके मुखतक पहुंचनेपर हमारा स्वाद विगड़ जाता है। परन्तु फिरभी हम यह विचारनेको असमर्थ हैं कि शरीरके भीतर उनसे क्या उपद्रव हो सकते हैं।

प्रत्येक तीक्ष्ण पदार्थ, जिसका किसी प्रकार हमारे शरीरपर प्रयोग किया जाता है, हमारी शक्तियोंका अनावश्यक व्यय करने, शरीरसे सामर्थ्याधिक काम लेने और जीवन-कणोंको वेधकर वायुके ससर्गसे विकृत कणोंमें रूपान्तर करके रोगके कीटाणुओंको सहायता देकर बिना अपकार किये नहीं रहता। इसीसे पुरातन जल चिकित्सकोंकी आविष्कृत शीतल जल या शीतल वायुकी क्रियाओं द्वारा चिकित्सा करनेसे उनकी तीक्ष्णता द्वारा शरीरके कोमल जीवन-कोषोंका नाश होता है, और तन्तुओंके उत्तेजित होनेपर स्नायु जाल अनावश्यक प्रतिक्रियाके परिश्रमसे रक्तका अनुचित व्यय होनेसे शिथिल और थकित हो जानेके कारण चिकित्सासे पहिलेकी अपेक्षा अपने प्राकृतिक धर्मका पालन करना अधिक त्याग देता है। अतः तन्तुओंके कर्तव्य हीन हो जानेपर शरीरसे प्रतिक्रिया करानेके निमित्त जल या वायुकी शीतलताकी मात्रामें उत्तेजनाके निमित्त पहिलेकी अपेक्षा उसी प्रकार वृद्धि करनी पड़ती है, जैसे यके हुए बैलको चलानेके लिए पहिलेकी अपेक्षा अधिक पीटना पड़ता है, या जिस प्रकार रेचक औषधिका अभ्यस्त होनेके उपरान्त विरेचनके हेतु उसकी अधिक मात्रा सेवन करनेको बाध्य होना पड़ता है। इसके अतिरिक्त जैसे अन्य तीक्ष्ण पदार्थ हमारे रोगके कीटाणुओंको, शरीरके स्वस्थ कणोंका विकृत कणोंमें रूपान्तर करके, उनकी वृद्धिमें सहायता देते हैं, वैसेही शीतल जल या वायुकी तीक्ष्णता शरीरमें उपस्थित रोगके कीटोंको उनकी वृद्धिमें सहायक होती है। परन्तु भ्रमवश हमारे जल चिकित्सक इसका अर्थ उलटा समझे हुए हैं। उनका अनुमान है कि इस प्रकार छिपे हुए रोग बाहर आ जाते हैं। परन्तु हमारा कथन है कि शरीरमें उपस्थित रोग कणोंको उनके अनुकूल साधन मिल जानेसे उनकी वृद्धि हो जाती है।

विष सदा विषहीका काम करेगा। यह दूसरी बात है कि अल्प मात्रा होनेके कारण अधिक हानि न पहुंचाये।

यदि कोई चिकित्सक कहे कि अमुक औषधि अमुक स्थानके अतिरिक्त या उसकी अमुक मात्रा अमुक विकृत कणोंके अतिरिक्त शरीरके अन्य किसी स्थानपर बुरा प्रभाव नहीं डालती, तो यह सर्वथा असत्य है । क्योंकि यह कभी सम्भव नहीं कि कोईभी औषधि, जो हम सेवन करें, हमारे स्नायु, तन्तुओं और रक्त वाहिनी नाड़ियों द्वारा उसका थोड़ा बहुत प्रभाव हमारे शरीरके किसी भागमें न पहुंचे । हमारा शरीर चादीकी प्रतिमा नहीं है, जो जिस स्थानपर अमल प्रयोग किया जाय उसी स्थानको हानि पहुंचे, वरन् शरीरके किसी भागमेंभी हानि पहुंचायी जाय तो सर्व शरीर विकल हो जाता है । पैरमें साधारण कण्टक लगनेपरभी तुरन्त मस्तिष्कको सूचना मिलती है । इसीसे यदि सर्प हमारे पैरमें डसे तोभी हमारा प्राणान्त हो सकता है, और यदि हाथमें काटे तोभी वही परिणाम है । क्योंकि शिरसे पैरतक निरन्तर हमारा रक्त सञ्चार करता रहता है । इसके अतिरिक्त शरीरमें दूषित और शुद्ध कणोंका निवास भीतमें चुनी हुई ईंटोंके ढाड़ोंसेभी अधिक जटिल होनेके कारण एक विकृत कणका नाश करनेपर अवश्य शुद्ध कणोंकाभी नाश हो जाता है । निदान् अत्पात्यल्प मात्रामें एक विकृत कणका नाश करनेके लिएभी जो विष (तीक्ष्ण औषधि) प्रयोग किया जाता है, वह प्रयोग करनेके स्थानके अतिरिक्त सर्व शरीरपर अपकार करता है । यह दूसरी बात है कि जिस प्रकार रङ्गकी अल्प मात्राका अविक जलमें कम ज्ञान होता है उसी प्रकार सूक्ष्म विषोंकी हानिका ज्ञानभी थोड़ाही हो ।

शरीरपर अपकार करनेवाली औषधियोंका कलङ्क विदेशी वैज्ञानिकोंके माथेही नहीं है, वरन् इस दूषित कार्यके भागी हमारे देशके औषधियों द्वारा चिकित्सा करने वाले समस्त चिकित्सक हैं । क्योंकि उनकी औषधियोंकेभी प्रायः वही गुण हैं । इसीसे गुडमार वूटी सेवन करनेसे मीठेका ज्ञान देनेवाले अर्थात् स्वादके ज्ञान तन्तुओंके शिथिल हो जानेपर हमको मीठे पदार्थोंका ज्ञान नहीं होता; सौंफ, इलायची और चन्दनादिके तैलोंका शिरपर मर्दन करनेसे उनके तीक्ष्ण गुणोंका अनुभव करनेके कारण हमको शिरकी पीड़ा उसी प्रकार प्रतीत नहीं होती, जिस प्रकार विच्छूके दंश लेनेपर ततैयाके काटे हुएका ज्ञान, पीड़ाका कारण उपस्थित रहते हुएभी, नहीं रहता । इसके अतिरिक्त उक्त तैलोंकी उत्तेजनासे पीड़ाका ज्ञान देनेवाले ज्ञान-तन्तुभी उत्तेजनाके कारण सामर्थ्यसे अधिक कार्य करनेपर बहुत अशमें शिथिल हो जाते हैं । अतः कोईभी औषधि या उत्तेजक क्रिया अपने तीक्ष्ण गुणोंसे वञ्चित न होनेके कारण हमारे शरीरपर विना अपकार किये नहीं रह सकती ।

## परिचर्या

**प्रत्येक** रोगीकी चिकित्सामें परिचारकका सुयोग्य होनाही एक ऐसी बात है, जिसपर रोगीका जीवन अवलम्बित है । अतएव रोगीका परिचारक-वही होना चाहिये, जो रोगीको प्रत्येक समय प्रसन्न रख सके और इतना दृढ़ विश्वासी और स्थायी चित्तका हो कि चिकित्सकके कथन और आज्ञाकाभी कभी उल्लंघन न करे । इसके अतिरिक्त आलस्य रहित और सहानुभूतिसे परिपूर्ण हृदयका व्यक्ति होना चाहिये । अतः ऐसे परिचारकको निम्न बातोंपर पूर्ण ध्यान देना चाहिये —

**प्रथम**—रोगीके निवास करनेका स्थान ( कमरा ) तृण या काष्ठादि सरीखे दुर्तापवाहक पदार्थोंसे रचित, प्रकाश और वायुको यथेष्ट मार्ग देनेवाला, सीलन, अपवित्र वायु, धुएँ, दूषित गैसों, शीत, ऊष्ण, अपवित्र पदार्थों एवं अन्य सामग्री शून्य, सर्व प्रकार स्वच्छ और सामाजिक झंझटोंसे पृथक् एवं अन्तरसे होना चाहिये । कमरेमें यदि असह्य शीतल पवनका प्रभाव अधिक प्रतीत हो तो खिड़कियों आदिको बन्द करनेकी अपेक्षा स्वच्छ दुर्तापवाहक वस्त्र या तृणादिके पट लटका देना आवश्यक हैं । परन्तु किवाड़े द्वारा सर्वथा वायुके सञ्चारको रोकनेके हेतु भूलकरभी खिड़किया बन्द न करनी चाहिये । यदि आवरण द्वारा खिड़कियोंको ढरुनेपरभी शीतका अनुभव हो तो चित्राङ्कित यन्त्रसे कमरेके बाहर रखकर उसकी नलीका मुख कमरेके भीतर करके उससे निकली हुई वाष्प द्वारा कमरेके तापको रोगीके शरीरके अनुकूल तापका ऊष्ण रखना चाहिये । इसीसे निमोनिया, फ्लू आदि सरीखे तीव्र रोगोंमें रोगीके शरीरका ताप अधिक होनेसे उसके तापके अनुकूल कमरेको अधिक ऊष्ण रखना चाहिये, और मन्द रोगोंमें शरीरका ताप कम होनेसे कमरेके तापकी ऊष्णताभी न्यून रखनी चाहिये । परिचारकको



इस बातसेभी सावधान रहनेकी आवश्यकता है कि कभी भूलकरभी रोगीके कमरेमें दहकती हुई अग्नि न रखी जाय । क्योंकि ऐसा करनेसे कमरेमें वायुका जल शुष्क और ओषजनका कार्बनमें रूपान्तर हो जानेके कारण रोगीकी श्वास नालीमें



आग्नि दृश्य या अदृश्य घाव और उसके रसोंके शुष्क होनेसे दाहकी वृद्धि हो जाती है । रोगीके कमरेमें अन्य मनुष्योंका निवास न होना चाहिये, वरन् परिचारकको यहांतक दृष्टि रक्खनी चाहिये कि दीन रोगीसे सामाजिक कुव्यवहारके अनुसार सहानुभूति दिखानेवाले मित्रों और सम्बन्धियोंकोभी उसके कमरेमें आनेकी आज्ञा न दी जावे । क्योंकि उनसे वार्त्तालाप करनेके कारण रोगीके विश्राममें बाधा और मस्तिष्ककी शक्तियाँ व्यय एवं अनेक प्रकारके दुःख होते हैं । इसके अतिरिक्त रोगीके शयनागारमें काना-फूँसी करने या पजों द्वारा धीरे, धीरे उचककर चलनेसे रोगी हमारी धीमी, धीमी बातों और चलनेकी मन्द आहट आदिके सुननेका सामर्थ्यसे अधिक प्रयत्न करता है, जिससे उसके मस्तिष्कको विश्रामकी अपेक्षा परिश्रम करनेको बाध्य होना पड़ता है । रोगीके कमरेके द्वारपर, यदि कमरेके बाहार मनुष्यादि चलते फिरते हों तो अवश्य आवरण डाल देना चाहिये, अन्यथा रोगी अपनी विचार शक्ति उधर लगा कर मस्तिष्कसे परिश्रम लेना आरम्भ कर देता है । निदान् रोगीके कमरेमें सदा ऐसे प्राकृतिक स्पष्ट स्वर और नैसर्गिक चालसे बोलना और चलना चाहिये जो न अति मन्द हो न तीव्र । चलनेके कामके लिए यदि परिचारकके जूते रबरकी तलीके हों तो अति उत्तम है । यह बातभी स्मरण करने योग्य है कि रोगीके कमरेकी किवाड़ेसे चडचड़का शब्द या अन्य पदार्थोंका खटका न हो, और कमरा तीक्ष्ण गन्धोंसे वञ्चित हो । क्योंकि कभी, कभी अन्य तीक्ष्ण गन्धोंके अतिरिक्त साधारण पुष्पोंकी गन्धभी बड़े, बड़े उत्पात कर बैठती है । यथा शक्ति रोगीको कृत्रिम प्रकाशसे बचाना चाहिये और यदि आवश्यकताही हो तो सदा जेन्नोंसे बचाकर शिरके पीछे दीपक रहना चाहिये ।

**द्वितीय**—रोगीके खान-पानमें परिचारकको सबसे अधिक भोजनोंकी स्वच्छता पर दृष्टि रक्खनी चाहिये, जोकि विना छूताछूतके विचारके, जिसको नवीन सभ्यता ढकोसला मात्र समझती है, नहीं हो सकती । यदि आर्थिक दशाकी अधोगतिसे रोगीका आहार प्राकृतिक नहीं हो सकता है, तो जो शाक, हरे धान्य या शुष्क अन्नादि उवाले जावे उनके पात्रों या उसके निमित्त जो चूल्हा काममें आवे उसपर कभी मिर्च, मसाले या किसी प्रकार उत्तेजक, अपावित्र एवं घृणित पदार्थोंका रन्धन न किया जावे, वरन् यथा शक्ति रोगीका रसोई भवन और पत्रादिही पृथक् होना चाहिये । कारण यह कि विना मसालेके भोजनभी उत्तेजक भोजनोंकी प्राक्-शाल्य श्रोंमें

रन्ध्रन किये जानेसे उत्तेजक गन्धों द्वारा और पात्रोमे दूषित प्रभाव हो जानेसे रोगीके भोज्य पदार्थ तीक्ष्ण हो जाते हैं । रोगीके काम आनेवाले पात्र स्वच्छ इनेमेल्ड ( जो खुदरे न हो ) चीनी या काचके होने चाहियें, और भोजन करनेसे पूर्व एवं उपरान्त कीट नाशक पदार्थोंकी सहायतासे ऊष्ण जल द्वारा स्वच्छ करने चाहियें । यथा शक्ति रोगीको शुष्क धान्यादिके सेवनसे बचाकर रस युक्त हरे शाक, अन्न और फलों आदिपरही रखना चाहिये । रोगीके लिए उबले हुए पदार्थोंमेंसेभी यथा सम्भव वाष्प द्वारा रन्ध्रित पदार्थही उत्तम होते हैं । क्योंकि जिन पदार्थोंपर अग्निका प्रभाव अधिक होता है वह शक्ति शून्य, कठोर, विषैले और कुपाच्य हो जाते हैं । भुने, सिके या घृतादिमें तले हुए पदार्थ रोगियोंके शरीरपर विषका काम करते हैं । अतः उनके निमित्त सर्वथा वर्जित हैं । अधिक कालतक उबले हुए या उवालकर रखे हुए रसीले पदार्थोंका देनाभी निषेध है । इसके उपरान्त परिचारकका यहभी धर्म है कि वह प्रत्येक रोगीको उसकी शक्तियोंके अनुसार खाद्य पदार्थ देनेका ध्यान रखे, अन्यथा रोगी अपने आहारका पाचन न कर सकनेके कारण स्वास्थ्य और बल प्राप्त करनेकी अपेक्षा दिनोदिन अधोगतिको प्राप्त होता जाता है । इसीसे उस सग्रहणीके रोगीको जो प्रत्येक पदार्थका पाचन करनेमें असमर्थ है या दिनोदिन निर्बल होता जाता है, कुछ सप्ताहतक निरन्तर केवल रसीले और सूक्ष्म फलोका रस चुंसवाना और फोड़ धुक्वा देना चाहिये, तद् उपरान्त ज्यों, ज्यों शक्तिया चैतन्य होती जायं क्रमशः रसीले फल तथा अन्य अनुत्तेजक फलोका आहार देना चाहिये । किन्तु इस काममें कभी शीघ्रतासे काम न लेना चाहिये, अन्यथा लाभकी अपेक्षा किसी, किसी समय भारी उत्पात हो जाते हैं । फलोका रसभी केवल रोगीके दातो द्वारा दाबकर चूसा हुआही लाभप्रद हो सकता है । क्योंकि यन्त्रों द्वारा या कृत्रिम रीतिसे रस निकालनेपर वह वायुके ससर्गसे दूषित हो जाता है । इसीसे गन्ना रेचक न होते हुएभी उससे कृत्रिम साधनो द्वारा रस प्राप्त किया हुआ आमाशयमें पहुँचकर पाचनके अतिरिक्त सड़न उत्पन्न होनेपर रेचकका काम देता है । रोगीको यदि क्षुधाका ज्ञान न हो तो कभी उसे बलात् खानेके लिए बाध्य न करना चाहिये । परन्तु यदि रोगी क्रोधवश, जैसाकि प्रायः पुराने रोगियोंका चिड-चिडा स्वभाव हो जाता है, भोजन न करे तो बड़ी नम्रता और आधीनतासे उसके क्रोधको शान्त करके भोजन कराना ।

चाहिये । अन्यथा भोजन न करनेसे निर्वलताकी अपेक्षा क्रोधसेभी रोगकी वृद्धि होती है । यथा सम्भव ऐसा प्रयत्न करना चाहिये कि रोगीके हृदयमें क्रोध उत्पन्न-ही न हो । परिचारकको चाहिये कि वह प्रत्येक समय आवश्यक खाद्य सामग्री उप-स्थित रखे । क्योंकि दिन-रातमें न जाने किस समय रोगी क्षुधासे पीड़ित हो कर दुःख पावे । रोगीको लोभ वश सड़े हुए या वासी फलादि न देने चाहिये । यदि रोगीका चिकित्सक किसी कारण वश दूधकी अनुमति दे तो यथा शक्ति गौऊका धारोण दूध देनाही उचित है या इसके अतिरिक्त यदि चिकित्सक आज्ञा दे तो एक उफानका अथवा बकरीका दूध देना चाहिये । किन्तु आमाशयकी पाचन शक्ति-योंके निबल होने अर्थात् अजीर्णादिमें चिकित्सकके कहनेपरभी दूधका पान कराना उचित नहीं है । परिचारकको दूधके पशुओंके स्वास्थ्य और खान-पानपरभी गहरी दृष्टि डालनी चाहिये ।

**तृतीय-**रोगीके शयन और विश्रामका पूरा ध्यान रखना चाहिये । क्योंकि उसकी निद्रा भङ्ग होनेसे असह्य कष्ट होता है । निर्वल रोगीको यथा शक्ति यथातक विश्राम देना चाहिये कि नेत्र खोलने और मूँदनेकी क्रियाभी वह स्वतः न करे । रोगीकी शैयापर किसीको बैठने या स्पर्श करनेकी आज्ञा न होनी चाहिये । शैया ऐसे स्थानपर हो, जिससे चारो ओर कमरेकी भित्तिका अन्तर अधिक हो, जिससे रोगी जिस ओरसे चाहे उतर सके; और भित्तिके दूषित विकार शैयातक न पहुँच सके । शैयापर ओढ़ने, बिछाने और रोगीके धारणार्थ वस्त्र अति स्वच्छ कोमल और ऋतुके अनुसार हो, जिससे रोगी शीत और ऊष्णसे सुरक्षित रहे । वस्त्रोंके स्वच्छ करनेके निमित्त कीट-नाशक पदार्थों द्वारा ऊष्ण जलनी सहायतासे वस्त्रोंको नित्य दोकर सूर्यके ताप या अग्निसे शुष्क करना चाहिये । जिन वस्त्रोंमें एक बार खेद आजावे तुरन्त पृथक् कर देने चाहिये । हमारी चिकित्सा क्रियाओंके बन्धनों आदि द्वारा यदि बिछोनेके भीगनेका सन्देह हो तो मोमिया ( Oil cloth ) या मोटा गुदगुदा ऊनी वस्त्र बिछा दिया जाय । बिछोना और शैया सदा ऐसी हो, जिसपर रोगी को कोई कष्ट न हो । क्योंकि असहाय रोगीका एक मात्र मित्र केवल बिछोनाही होता है । जो रोगी मल, मूत्र त्यागनके अर्थसे उठ-पैठ नहीं सकते हैं उनके लिए खरकी मूत्र थैली ( Urine Bag ) और चीनीके मल पात्र बिछोनेमें लगाने परमावश्यक हैं; और जिनकी दुर्बलतामें

अस्थिया निकलकर बिछोनेसे कष्ट पाती हो या जिनकी पीठ आदिमें फोड़ा या घाव होनेसे वह सुख पूर्वक शयन न कर सकते हो उनके लिए मध्य भागसे शून्य आकृतिके रबरके तकिये ( Air pillow ) प्रयोग करने चाहिये । मूत्रादिके पात्र कीट नाशक पदार्थोंसे ऊष्ण जल द्वारा स्वच्छ करने चाहिये । रोगीके थूकनेके निमित्तभी एक चीनीका पात्र जो नित्य शुद्ध किया जाता हो निकट रहना चाहिये । परन्तु थूकनेके पश्चात् उसे पात्रका मुख बन्द करदिया जाय । इस बातका ध्यान रहे कि रोगीकी शैयामें खटमल आदि न हो और उसतक मक्खियां न पहुंच सकें ।

**चतुर्थ**—रोगीके मन बहलावनीभी वैसीही आवश्यकता है जैसी उसके दुर्बल शरीरको रसीले फलोंकी आवश्यकता है । अतएव परिचारकको उचित है कि वह सदा रोगीको किसी ऐसी रीतिसे उसकी उदासीनता दूर करके प्रसन्न रखनेकी चेष्टा करे, जिसमें रोगीकी मानसिक शक्तियोंका व्यय न हो । रोगीको कभी हताश न होने दे, प्रत्युत उसे शीघ्र स्वस्थ होनेकी आशा दिलाता रहे । किन्तु ऐसे मिथ्या वाक्योंकी रचना न करनी चाहिये जिनके शीघ्र असत्य प्रमाणित होनेपर रोगीका विश्वास परिचारक और चिकित्सासे उठ जावे । उसे सदा अपनी जिह्वासे ऐसे गोल शब्दोंका उच्चारण करना चाहिये जो असत्य होनेपरभी मीठी, मीठी युक्तियों द्वारा सत्य प्रमाणित किये जा सकें । अतः परिचारकका नीतिज्ञ होनाभी आवश्यक है । किन्तु समस्त गुणोंके होते हुए दक्ष परिचारकको यहभी आवश्यक है कि वह प्राकृतिक चिकित्सा सिद्धान्तोंसेभी विचलित न हो जाय ।

**पञ्चम**—बालकोका उत्तम परिचारक माताके अतिरिक्त अन्य कोई नहीं हो सकता । अतः माताओंको चाहिये कि यदि उनके बालक क्षुधाके अतिरिक्त अन्य किसी कारणसे रुदन करते हैं या दुग्ध पान करना त्याग देते हैं, या उनके मुखसे लार आदि जाती हो, या अतिसार अथवा कोष्ठ-बद्धकी पीडा हो, या दन्त विकास होता हो या अन्य किसी रोगका कष्ट हो तो उसकी पीड़ाके लक्षण जाननेका प्रयत्न करके उसीके अनुसार चिकित्सा और परिचर्या करनी चाहिये ।

**षष्ठ**—परिचारकको पूर्ण ध्यान रखना चाहिये कि उसका रोगी नियमित रूपसे मल, मूत्रादि त्यागन करता है या नहीं । नियमित शब्दका यह अर्थ नहीं है कि उसका रोगी नित्य शौचादिकी क्रियाएं करता है या नहीं । प्रत्युत यह

जाननेकी आवश्यकता है कि रोगीके विष्टेकी मात्रा भोजनके पाचनमें न आनेके कारण परिमाणसे अधिक तो नहीं है, विष्टेमें तीक्ष्ण गन्धका ज्ञान तो नहीं होता, विष्टा बन्धे हुएकी अपेक्षा द्रव रूप तो नहीं है, और उसके त्यागनके समय कष्ट तो नहीं होता, और ठहर ठहरकर तो नहीं आता, या इच्छा होते हुएभी मल शुष्क हो जानेके कारण त्यागा नहीं जाता इत्यादि, इत्यादि । यदि उसके रोगीको कई, कई दिनतक मल त्यागनेकी इच्छा न होती हो और उससे कोई कष्टभी न हो तो कोई चिन्ताकी बात नहीं है । क्योंकि सूक्ष्म आहारके कारण मलकी उत्पत्ति कम होती है । इसलिए जबतक अन्त्रको पूर्ण भारका अनुभव न हो वह मलका त्यागन अनियमित रूपसे नहीं किया करती ।

**सप्तम—**इसके कथन करनेकी तो आवश्यकताही नहीं कि परिचारक परिचर्याके विषयमें दक्ष हो । क्योंकि ज्ञान रहित और कटु स्वभावके परिचारकसे तो उसका न होनाही उत्तम है । अतएव विचारशील परिचारकको, हमारी आविष्कृत चिकित्सा क्रियाओंमें निपुण और उनके प्रयोग करनेमें चिकित्सककी आज्ञानुसार आलस्य रहित और श्रद्धापूर्ण होना चाहिये । कारण यह कि परिचारककी साधारण असावधानीसे किसी, किसी समय रोगीपर भारी आपत्ति द्रष्ट पड़ती है प्रत्युत कभी, कभी उसका कुसमय प्राणान्त हो जाता है ।

**अष्टम—**बहुधा चिकित्सकोंका मत है कि भयङ्कर रोगोंकी दशामें प्रति रोगीकी परिचर्यार्थ चौबीस घन्टेमें क्रमशः तीन परिचारक होने चाहियें, जिससे प्रति परिचारक आठ घन्टे काम करके विश्राम करने चला जाय । परन्तु हमारे मतसे प्रति परिचारक सावधानीसे केवल छः घन्टेही रोगीका काम कर सकता है । अतः चौबीस घन्टेमें चार उपपरिचारक और एक मुख्य परिचारक होना चाहिये । अर्थात् चार परिचारकोमेंसे प्रति परिचारक क्रमशः छः, छः घन्टे अपना काम करे, और पांचवां मुख्य परिचारक उन चारोंके ऊपर चिकित्सकके आधीन होकर उनका निरीक्षण करने और उनको उचित सम्मति देने या समय पड़नेपर किसी उपपरिचारककी अनुपस्थितिमें उसका कार्य करनेके लिए रहे ।

**नवम—**सुयोग्य परिचारक केवल वही कहा जा सकता है जो स्वच्छ, स्वस्थ, सदा मृदु, आज्ञाकारी, आलस्य रहित, मतिमान, नीतिज्ञ और दयालु एवं कृपालु हो, और इसके अतिरिक्त रोगीकी प्रत्येक अवस्थाको समयके समय पूर्ण विवरण

साहित विस्तार पूर्वक लिखकर नित्य चिकित्सकको सूचित करे, और उस दिन करनेवाले कार्योंके विषयमें चिकित्सककी विस्तृत सम्मति प्राप्त करे । प्रायः चिकित्सकको रोगियोंकी अधिकतासे अवकाश कम होता है इस लिए बहुधा वह कुछकी कुछ बात कह जाते हैं, या कुछ प्रश्नोंका उत्तर दे देते हैं और कुछ भूल जाते हैं । अतः परिचारकको चाहिये वह उनको सावधान करके समस्त बातोंका उत्तर ले ।

## प्राकृतिक चिकित्सा ।

**रोग और मृत्युकी व्याख्या** शीर्षक निबन्धसे यह स्पष्ट है कि हमारे उन जीवन-कणोंकी, जिनके सङ्गठनसे हमारे शरीरकी रचना हुई है, रक्षा करनेवाले चर्मके तीक्ष्ण पदार्थों या क्रियाओं द्वारा फटने या दूषित जीवोंके विषैले प्रभावसे वेधना होनेके कारण उनमें दाह होकर हमारे जीवनके रासायनिक पदार्थोंका विकृत पदार्थों या वायु आदिके तत्वोंमें रूपान्तर होता है, और उस दाहकी वेदना या उससे उत्पादित दूषित कीटोंका प्रभाव, उनके निकटवर्ती या रक्त वाहिनी नाडियों आदि द्वारा, जिस, जिस जातिके जीवन-कोषोंके समुदायतक पहुँचता है उसी जातिके जीवन-कणोंको अपनी तीक्ष्णतासे वेधकर प्रदाहित करके उनका विकृत कणोंमें रूपान्तर और पल, पलपर उनकी जाति वृद्धि करता चला जाता है, जिसका परिणाम सन्सनाहट, खुजली या पीड़ाका ज्ञान होता है ।

यह बहुतही स्पष्ट है कि एक-कणित जीवन-कणोंका चर्म कट जानेपर किसी प्रकार उनकी स्थिति नहीं रह सकती । क्योंकि ऐसी दशामें उनकी वायुके तीक्ष्ण गुणोंसे रक्षा करना असम्भव हो जाता है, किन्तु द्वि-कणित या बहु-कणित जीवन-कोषोंके एक कणकी त्वचा नष्ट होनेपर अन्य कणकी त्वचा निर्दोष होनेसे उसकी रक्षा की जा सकती है । इसी प्रकार एक-कणित जीवन-कणके प्रदाहित होनेपर उसके वेधनेवाले दूषित गुणोंसे निकट सम्बन्धी अन्य जीवन-कोषोंको बचाया जा सकता है ।

यहभी पहिलेही सिद्ध हो चुका है कि प्रत्येक जीवन-कण तीक्ष्ण पदार्थोंके संसर्गसे त्वचा विहीन होनेपर अपने जीवनके रासायनिक पदार्थोंके दूषित पदार्थों और

विकृत कीटोमे रूपान्तर एवं अनेक अशोका वायु मण्डलमें लय हो जानेके कारण परिमाणतः पहिलेकी अपेक्षा वैसेही हल्का हो जाता है जैसे किसी फलका सड़ा हुआ भाग उसीके स्वस्थ भागसे हल्का होता है; और यह प्राकृतिक धर्म है कि द्रव पदार्थोंके तल या मध्यमें जो हल्के पदार्थ होते हैं वह स्वतःही उस प्रकार ऊपर आजाते हैं, जिस प्रकार जलके तलमें डाला हुआ काष्ठ छोड़नेपर जलके ऊपर तैरने लगता है । अतः हमको उत्तेजक पदार्थों द्वारा दूषित पदार्थोंको शरीरसे बाहर निकालनेके प्रयत्नसे अनावश्यक परिश्रमके हेतु अपनी शक्तियां व्यय और उसे पहिलेकी अपेक्षा अधिक दूषित करनेकी आवश्यकता नहीं; क्योंकि वह तो हमारे तरल प्रायः शरीरके ऊपर स्वमेव आजावेंगे । हमको तो केवल उनके उस दूषित गुणसे अपने जीवन-कोषोंकी रक्षा करनी है, जिससे उनकी तीक्ष्ण प्रकृतिसे हमारे जीवन-कणोंका वेधन होकर वायुके संसर्गसे उनका दूषित पदार्थोंमें रूपान्तर होनेके कारण सन्सनाहट, खुजली या पीड़ाका ज्ञान न हो ।

हमारे स्वस्थ जीवन-कणोंपर दूषित कीट या पदार्थ अपनी तीक्ष्णता द्वारा वेधन करके वेदना न कर सकें इसका केवल यही उपाय है कि शरीरके प्रदाहित भागको ताप द्वारा ऊष्ण रक्खना चाहिये । क्योंकि ऊष्णताके तापसे तीक्ष्ण पदार्थ स्वस्थ जीवन-कोषोंपर अपने वेधन करनेके दूषित प्रभावको उसी प्रकार नहीं डाल सकते जिस प्रकार इमलीकी खटाई, जलसे भरे हुए पीतलके पात्रमें तीक्ष्ण अग्निके ऊपर रक्खे रहनेसे घन्टोतक पात्रकी धातुके विष वमन करनेके प्रभावसे वञ्चित रहनेके कारण, नहीं पितलाती । परन्तु जैसे उस पात्रके अग्निसे पृथक् करनेपर खटाईका पीतलको क्षीण करनेका प्रभाव काम करने लगता है, वैसेही शरीरके प्रदाहित भागसे ऊष्ण तापके पृथक् होनेपर शरीरमें पहुंचे हुए या उत्पादित तीक्ष्ण पदार्थ अपने वेधनके प्रभावसे हमारे स्वस्थ जीवन-कणोंका वेधन करके दाह और वायुकी सहायतासे उनमें पीड़ाकर उनका रूपान्तर करना आरम्भ कर देते हैं । इसके अतिरिक्त शरीरके प्रदाहित अङ्गका ताप दाहके कारण अधिक ऊष्ण प्रकृतिका हो जाता है । अतः ऐसी दशामें साधारण शीतल पदार्थभी उत्तेजक और प्रकृतिके प्रतिकूल तीक्ष्ण प्रतीत होते हैं । यही कारण है कि शीतल पदार्थोंसे उनकी तीक्ष्णता द्वारा स्वस्थ जीवन-कोषभी प्रदाहित होने लगते हैं, जिससे उनमें पीड़ाका ज्ञान अधिक होता है । क्योंकि हमारे जीवन-कणोंके नाशका मूल कारण

प्रकृतिके प्रतिकूल तीक्ष्णता उसी प्रकार है, जिस प्रकार शरद ऋतुमें दुर्तापवाहक मोजे धारण करनेवाला मनुष्य एकैक उन्हें उतारकर पत्थरको शीतल चटानपर टहलनेसे तत्क्षण तापकी प्रतिकूलताके कारण शीघ्र अपने पैरोको प्रदाहित और खुजली युक्त पाता है । इसीसे यदि किसी छोटे बालककी ऊगलीमें चोट लगे तो वह तुरन्त उसे मुखके ऊष्ण तापकी वाष्प द्वारा शीतलता और वायुकी तीक्ष्णताके प्रभावसे जीवन-कोषोंकी रक्षार्थ फूटने लगता है, या मुंहमें दे लेता है, और यदि नेत्रमें खेलते समय किसी अन्य बालककी ऊगली लग जाती है तो पीड़ा या दाहके कारण वह तत्क्षण उस समय नेत्रकी प्रकृतिके प्रतिकूल उत्तेजक एवं तीक्ष्ण वाह्य शीतल वायु और प्रकाशके वचानेके अर्थसे उसके पलक बन्द करके किसी कोमल वस्त्रकी पोटली बनाकर या केवल हथेलीको मुखकी वाष्पसे ऊष्ण करके तप्त करने लगता है । अतएव उस अज्ञान बालक द्वारा हमको प्रकृतिका उपदेश होता है कि शीतलताकी उत्तेजनासे प्रदाहित अर्थात् रोगी शरीरमें दाहकी वृद्धि होगी, और तीक्ष्ण पदार्थ हमारे जीवन कोषोंका वेधन करके उनका विकृत पदार्थोंमें रूपान्तर करते रहेंगे । किन्तु शरीरके प्रदाहित स्थानको तप्त रखनेसे कोई तीक्ष्ण पदार्थ हमारे जीवन-कोषोंका वेधन न कर सकेगा और स्वयं शरीरसे परिमाणतः हलका होनेके कारण मात्रके बाहर आनेको बाध्य होगा । अतः उसी अज्ञान बालकसे शिक्षा लेनी चाहिये जो प्रकृतिकी आज्ञानुसार चुटेल ऊगलीकी दाहको शीतल पदार्थोंसे रक्षा करके मुंहकी ऊष्ण तापमय वाष्पसे तीक्ष्ण और विपैले पदार्थोंके प्रभावको रोककर उसे स्वस्थ करनेकी चेष्टा करता है । कारण यह कि प्राकृतिक चिकित्सा केवल वही कही जा सकती है, जो एक अज्ञान बालक बिना किसीके सिखाये मूक प्रकृतिकी आज्ञानुसार करता है ।

अबतक हमने जो कुछ कहा उसका सार यही है कि प्रत्येक रोगका एकही कारण है, अर्थात् तीक्ष्ण पदार्थोंके वेधन द्वारा जीवन-कोषोंकी त्वचा फटकर उनमें दाह होना और वायुके संसर्गसे उनका विकृत पदार्थोंमें रूपान्तर होना है, और इसीसे उसको चिकित्साका हेतुभी एकही है, अर्थात् ऊष्णताके तापसे तीक्ष्ण पदार्थोंके स्वस्थ जीवन-कोषोंके वेधन करनेवाले प्रभाव और वायु द्वारा आगेको उनका रूपान्तर होनेकी क्रियाका रोकना है । किन्तु अग्निके ऊष्ण तापसे प्रथम तो हमारे रक्तादि रसोंका नाश होता है, द्वितीय विकृत पदार्थ शुष्क हो शरीरके मध्यमेंही



चिपककर उसी प्रकार रुक जाते हैं, जिस प्रकार नासिकामें अति दाहकी ऊष्णतासे दूषित पदार्थ ( श्लेष्मादि ) चिपक जाते हैं । अतः शरीरको जलादिकी सहायतासे वाष्पके समान सह्य तापकी ऊष्ण क्रियाएं, जिनकी रीति आगे मिलेगी, प्रयोगमें लानी चाहियें । उन क्रियाओंको शरीरके प्रदाहित अङ्गोपर या जहाँसे दाहके प्रधान कारण आरम्भ होते हैं, जिनका विवरण आगे मिलेगा, प्रयोग करना चाहिये ।

यद्यपि हमारी आविष्कृत ऊष्ण क्रियाओ या बालकके मुखसे निकलनेवाली वाष्पकी चिकित्साकी अनिवार्य उत्तेजनासेभी शरीरकी कुछ न कुछ हानि उसी प्रकार अवश्य होती है, जिस प्रकार अनारकी अनिवार्य उत्तेजनासे शरीरकी किसी न किसी मात्रामें शक्तियां व्यय होती हैं । परन्तु किसी पदार्थकी अनिवार्य उत्तेजनासे सुरक्षित रहना हमारे हाथमें नहीं है । क्योंकि प्रकृतिही हमारा विकास करनेके साथ, साथ क्रमशः पतन करना चाहती है ।

## हमारी चिकित्सा विधि

यद्यपि हमारी चिकित्सा विधि वास्तवमें संसारके सन्मुख कोई नूतन वस्तु नहीं है; परन्तु हमारे सिद्धान्तका मर्म अज्ञान बालकोंके अतिरिक्त प्रायः जगतके लिए एक अचम्भेमें डालनेवाला आविष्कार है । किन्तु यह कोई विस्मयकी बात नहीं है । प्रायः सभी वैज्ञानिक दाहपर जलादि द्वारा या पौल्टिससे ऊष्ण तापका प्रयोग करते हैं । परन्तु उन्होंने यह कल्पना कभी नहीं की है कि समस्त रोगोंका एकही कारण होनेसे केवल ऊष्ण क्रियाओ द्वारा विना औषधिकी सहायताके किस प्रकार चिकित्सा हो सकती है । वह पौल्टिस आदिको केवल अनुभवसेही उपयोगी समझते हुए उनका प्रयोग करते रहे हैं । उनकी दृष्टि कभी उस अज्ञान बालककी ओर नहीं पहुँची जो अपनी चुटेल ऊंगलीकी चिकित्सा मुखकी वाष्पके तापसे करना जानता है । वह केवल उन्हीं जीवोपर दृष्टि पात करते रहे हैं, जो प्रायः औषधियाँ प्रयोग करते हैं । इसीसे वह यह जानकर कि कुत्ता वमन करनेके हेतु घास सेवन करता है, मनुष्यकी प्रकृतिके लिएभी औषधियोंके सेवन करनेका परिणाम निकाल

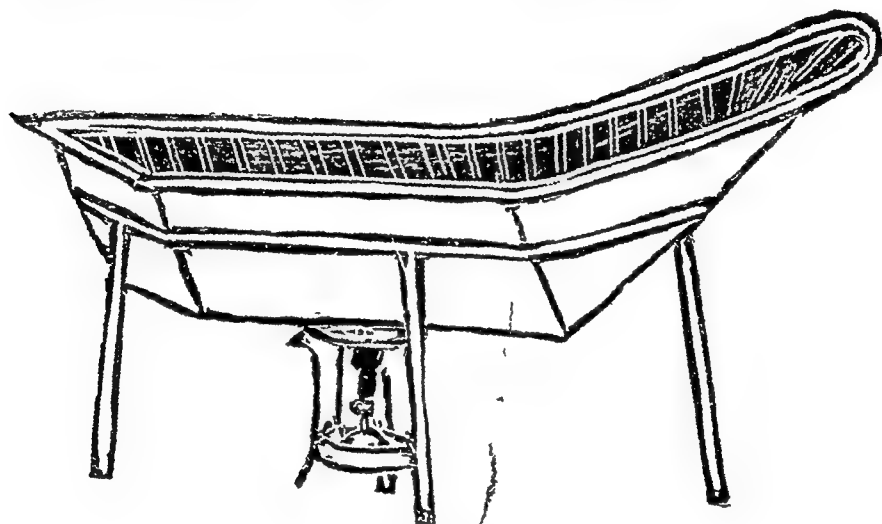
बैठे । परन्तु मनुष्यकी प्रकृति किसी, किसी बातमें अन्य जीवोंसे सर्वथा भिन्न है । इसीसे हमारे बालक औपधियोके नामसेही भयभीत हो जाते हैं । इसमें कोई सन्देह नहीं, डाक्टर कोहनी तथा कुछ अन्य चिकित्सकोंनेभी समस्त रोगोंका एकही मूल कारण स्वीकार किया है । किन्तु हमारे और उनके मतमें बहुत भेद है । हा, डा० कोहनीके सिद्धान्तोंसे हमारे सिद्धान्त बहुत अशतक टकराते हुए प्रतीत होते हैं । किन्तु वास्तवमें गम्भीर दृष्टिसे देखनेपर बहुत अन्तर मिलेगा । क्योंकि हम कीट कल्पना ( Germ Theory ) के पक्षपाती हैं, और वह विकृत पदार्थोंसेही अपनी कल्पनाको पुष्ट करते हैं । उनका कहना है कि प्रत्येक रोगकी उत्पत्तिका मूल कारण ज्वरही है, और हमारा कथन है कि प्रत्येक रोगकी उत्पत्तिका एक मात्र हेतु हमारे जीवन कर्णोंकी त्वचा तीक्ष्ण पदार्थ या क्रियाओं द्वारा वेधन किये जानेपर वायुके संसर्गसे उनका दूषित पदार्थोंमें रूपान्तर होना है । अतः रोग मात्रका एक ही कारण सिद्ध करनेमें हमारे और डा० कोहनीके सिद्धान्तोंमें लगभग समानता होते हुएभी वैज्ञानिक दृष्टिसे तुलना करनेपर बहुत अन्तर मिलेगा । इसके अतिरिक्त उनकी और हमारी चिकित्सा विधिमें आकाश पातालका अन्तर है ।

हमें अपनी चिकित्सा विधिका आविष्कार करनेसे पूर्व कभी स्वप्नमेंभी यह ध्यान न था कि हमारे चिकित्सकों द्वारा दाहके स्थानपर एकत्रित विकृत जीवोंको रक्त-सञ्चार द्वारा अस्तव्यस्त करके निर्वल करनेके अतिरिक्त समस्त रोगोंमें ऊष्ण ताप प्रयोग किया जा सकता है । किन्तु अनायास एक दिन हमारे चित्तने यही साक्षी दी कि यदि प्रकृतिके मर्म जानने हैं तो अज्ञान भालकोसे शिक्षा लेनी चाहिये । निदान् बालकोंकी चिकित्सा विधिपर दृष्टि डालकर कीट कल्पनाकी सहायतासे हम इस परिणामको पहुंचे कि समस्त रोगोंका एकही कारण होनेसे उनकी एक मात्र चिकित्सा यही है कि ताप द्वारा तीक्ष्ण पदार्थोंका प्रभाव रोक दिया जाय, जिससे वह हमारे जीवन-कर्णोंका वेधन करना बन्द कर दें, और उनकी वेधन शक्ति रुक जानेसे पीडाका अन्त हो जाय और वह हलके होनेसे स्वतः शरीरके बाहर हो जाय । अतः इस रीतिसे हम अपनी कल्पनाका स्वयं निर्माण करते हुए उसका क्रियात्मक रूपसे प्रायः पन्द्रह वर्षोंसे अधिक कालतक सहस्रो रोगियोंपर अनुभव करके निम्न लिखित चिकित्सा विधि रोगी जनोके लाभार्थ उपस्थित करते हैं.—

## जल ताप

### टब द्वारा

यदि समस्त शरीरको ताप पहुंचाना हो तो रोगीको जलसे भरे हुए टिन आदिके एक ऐसे टबमें लेट जाना चाहिये जिसके भीतर चारों ओर काष्ठकी तह हो और तलवाली काष्ठकी तह टिनसे छः इंच ऊंचाई पर ऐसे काष्ठकी हो जिसमें छिद्र हों या टबके भीतर उसीकी आकृतिकी बेतकी बुनी हुई कुर्सी हो, जिससे रोगी



चित्र संख्या १

टिनकी ऊष्णतासे जले नहीं । टबके नीचे चित्र संख्या १ के समान जलको ऊष्ण करनेके निमित्त स्टोव जलाकर रखदेना चाहिये ।

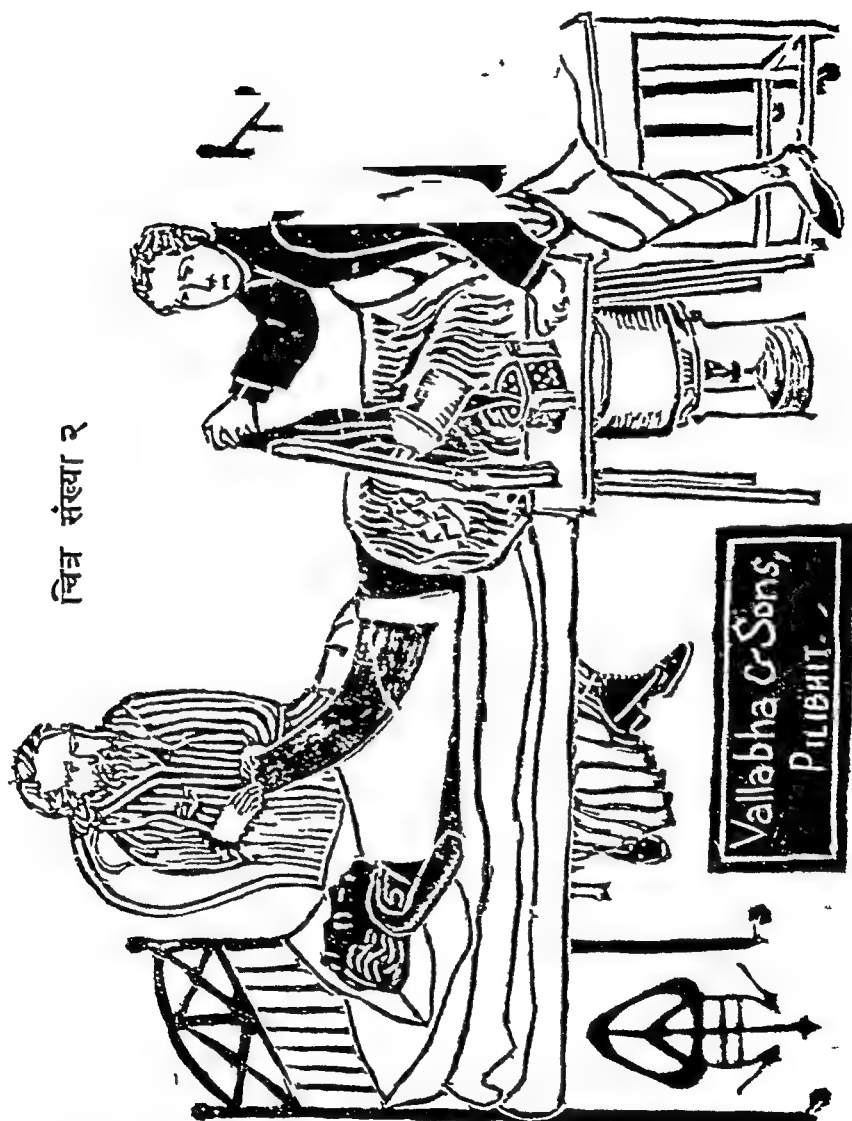
जलको उसी श्रेणीतक ऊष्ण करना चाहिये जिसको रोगी सहन करसकता हो । अतः इसके निमित्त स्टोव द्वारा अग्निका ताप न्यूनाधिक किया जा सकता है ।

जल तापके उपरान्त रोगीको बन्धनोंका प्रयोग करना चाहिये या यदि चिकित्सक आज्ञा दे तो दुर्तापवाहक वस्त्र धारण करने चाहिये ।

### भीगे वस्त्रों द्वारा

यदि शरीरके किसी विशेष भागको ताप पहुंचाना हो तो दो तहकी ऊनी फ्लै-नल ( फुलाटेन ) शीतल जलमें निचोड़कर चित्र संख्या २ के समान रोगीके नम-

शरीरपर फैला देना चाहिये, और दो, दो तहके दो ऊनी वस्त्र ऊष्ण जलमें स्नोवके ऊपर रहने चाहियें जो कि वस्त्र निचोड़नेके यन्त्रमें एकके पश्चात् दूसरा निचोड़कर कमसे



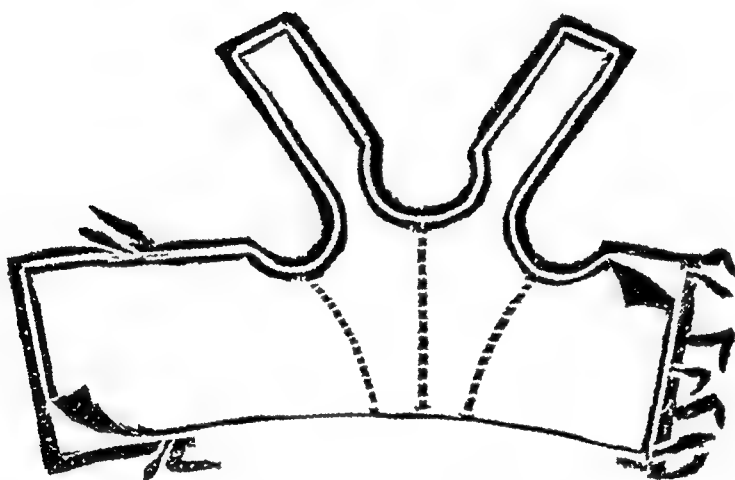
चित्र संख्या २

रोगीके शरीरपर शीतल जलमें निचोड़े हुए वस्त्रके ऊपर शीघ्र, शीघ्र फैलाने चाहियें ।

यदि वस्त्र निचोड़नेका यन्त्र, फ्लेनल और स्टोव पर्याप्त न हो तो वस्त्र चिमटे आदिसे पकड़कर निचोड़े जा सकते हैं, फ्लेनलके स्थानमे, टर्किश टाविल या खदरके वस्त्र काममें लाये जा सकते हैं, और स्टोवकी अपेक्षा अंगीठीका प्रयोग किया जा सकता है । परन्तु फिरभी इससे परिचारकको कष्ट अधिक होता है और रोगीको उपरोक्त यन्त्र द्वारा ताप पहुंचानेकी अपेक्षा लाभ कम होता है ।

## मृत्तिका ताप

### धड़ बन्धन



चित्र संख्या ३

चित्र संख्या ३ के समान दो सूती और एक ऊनी वस्त्र लेने चाहियें । सूती वस्त्रोंको जलमे निचोड़कर उनमेंसे एकको किसी चटाई या मेजपर फैलाकर उसपर लेहीके समान पकी हुई चिकनी मिट्टीका आध इंच मोटा प्लास्टर कर ऊपरसे दूसरा सूती वस्त्र बिछा देना चाहिये । इस प्रकार मिट्टी दो सूती वस्त्रोंके बीचमे होजानेपर मिट्टीके नीचेवाले सूती वस्त्रके नीचे उसका ताप रोकनेको ऊनी वस्त्र बिछाकर चित्रसंख्या ४ के सदृश रोगी को उनपर लिटा तनियों द्वारा बांध देने या सेपटी पिनो द्वारा कसदेनेसे वह चित्र संख्या ५ की नाई प्रतीत होते हैं ।

मिट्टी बांधते समय ठण्डी न हो जाय और इतनी उष्णभी न हो जो त्वचाको सहन न हो ।

उदर बन्धन

उदर बन्धन धड़ बन्धनके सदृशही बाधा जाता है। केवल अन्तर इतनाही है कि वह उदरसे ऊपर नहीं होता है। अतः उसकी आकृतिके लिए चित्र संख्या ६ देखना चाहिये।

अन्य बन्धन

अन्य रोगोंके निमित्त जो बन्धन है वहभी उपरोक्त रीतिसे बांधे जाते हैं, केवल धावोपर जो बन्धन प्रयोग किये जाते हैं उनमें यह



## चित्र संख्या ४

अन्तर होता है कि मिट्टीके नीचे सूती और ऊनी वस्त्र होता है, परन्तु उसके ऊपर नहीं होता। क्योंकि धावोसे मिट्टीका स्पर्श होना आवश्यक है। इसके अतिरिक्त धावों या कोमल स्थानोंपर प्रयोग किये जानेवाले बन्धनोंकी मिट्टी कुछ अधिक पतली होनी चाहिये।

## आवश्यक सूचनाएं

शरीरको ऊष्ण जल या ऊष्ण जलमें निचोड़े हुए वस्त्रों द्वारा ताप पहुंचानेके उपरान्त नम्र न रखना चाहिये। अतः तत्क्षण जलमें पकी हुई चिकनी मिट्टीके बन्धन (Packs) को ताप पहुंचाये हुए स्थानपर बांध देना चाहिये, या ऊनी वस्त्र पिन्हा देना चाहिये।



चित्र संख्या ५

कमसे कम प्रत्येक रोगमें एक घन्टा पर्यन्त ताप पहुंचाना चाहिये, और यदि दो घन्टे किया जाय तो अति उत्तम है । किन्तु भयङ्कर रोगोंकी दशामें किसी, किसी रोगीको निरन्तर चौबीस, या अड़तालीस घन्टे या उससेभी अधिक अर्थात् जब-तक रोगी जोखिमसे न निकल जाय ताप करना चाहिये ।



चित्र संख्या ६

यों तो प्रत्येक रोगीको चौबीसों घन्टे ताप पहुंचाना लाभप्रद है, क्योंकि प्रत्येक समय तापके पहुंचानेसे विकृत कर्णोंका प्रभाव हमारे स्वस्थ कर्णोंपर होना रुक जाता है और तापके बन्द करनेसे कुछ कालमें या अधिक तीव्र रोगमें तत्क्षण उसका प्रभाव जानेके उपरान्त दूषित कर्ण पुनः स्वस्थ कर्णोंका वेधन करना आरम्भ कर देते हैं । परन्तु तीव्र भयङ्कर रोगोंमें रोगीको चौबीसों घन्टे ताप पहुंचाना चाहिये, और साधारण तीव्र रोगोंमें दो, दो घन्टेका ताप दो, दो घन्टे पीछेभी ठीक हो सकता है । किन्तु

यदि किसी रोगीको शीघ्राति शीघ्र उस रोगसे मुक्त करना है तो उस व्याधिका अन्त होनेतक प्रत्येक समय ताप पहुंचाना चाहिये, अर्थात् जितने अधिक समय-तक ताप पहुंचाया जायगा उतनीही शीघ्रतासे लाभ होगा । किन्तु जब रोगी उसस वास्तवमें ऊब जाय और उसका चिकित्सकभी आज्ञा दे तो ताप बन्द करदिया जाय ।

अच्छा तो यही है कि जलका ताप पहुंचानेके उपरान्त जो मृत्तिका बन्धन प्रयोग किये जायं उनको उसी समय खोला जाय जब दूसरे समय ताप पहुंचाना हो, और यदि उस समयके बीचमें मृत्तिका बन्धन शुष्क हो जाय तो तत्क्षण उसके शुष्क होनेसे पूर्व उसे खोलकर दूसरा बाध देना चाहिये । परन्तु यदि किसी रोगीके प्रत्येक समय किसी असुविधावश बन्धन न प्रयोग किये जायं तो घावोंसे पीडित रोगीके घावों पर तो सदा ताप पहुंचानेके उपरान्त मृत्तिका बन्धन रखनाही चाहिये, जिससे शरीरकी ऊष्णता फ़ेनलकी सहायतासे मृत्तिकामें रुककर दूषित कर्णोंके प्रभावको रोके रहे और वायुके दूषित विकारोंसे घावकी रक्षा करे ।

बन्धनके शुष्क हो जानेपर उसे कभी शरीरपर न रखना चाहिये, प्रत्युत शुष्क होनेसे पूर्व खोल देना चाहिये । घावोंपर बन्धनका शुष्क हो जाना सदा विपदा काम करता है । अतः उससे लाभकी अपेक्षा अधिक हानि होती है ।

बन्धनोके निमित्त सर्वोत्तम मृत्तिका मुरादाशदमेही होती है । वहा उसको पिण्डोल कहते हैं । परन्तु प्रत्येक स्थानपर उसका पहुंचना कठिन है । इस लिए काष्ठ तन्तु और अपवित्र पदार्थोंसे रहित प्रत्येक पवित्र स्थानकी चिकनी मृत्तिका काममें लायी जा सकती है ।

मृत्तिका पकाते समय उसमें गाठ न पडनी चाहिये; उसमें इतना अधिक जलभी न हो जो वह निकले, और इतना कमभी न हो कि वस्त्रपर ग्लस्टर न किया जा सके ।

ताप या बन्धन क्रियाओंका कार्य ऐसे स्थानमें न किया जाय जहा वायुका वेग हो । किन्तु शरीरपर बन्धनोका प्रयोग होनेपर रोगी जहा चाहे पवित्र स्थानोंमें जा सकता है ।

ताप होते समय या बन्धनोंका प्रयोग हुए, हुए यदि रोगीको क्षुधाका ज्ञान हो तो आहार दिया जा सकता है ।

मृत्तिकाकी अपेक्षा वस्त्रों द्वारा जलका ताप कहीं उत्तम है, और वस्त्रों द्वारा जलके तापकी अपेक्षा टव द्वारा जलका ताप कहां उत्तम है । अतः चौबीसों घण्टे शरीरपर बन्धनोका प्रयोग करनेकी अपेक्षा यदि प्रत्येक समय रोगीको रोगसे मुक्त होनेके कालतक जल ताप पहुंचानेके लिए टवमें रक्खा जाय तो अति लाभप्रद है ।

ताप पहुंचाते समय बहुधा रोगी सुख पहुंचनेसे निद्रा प्रस्त हो जाते हैं । अतः ऐसी दशामें ताप बन्द न करना चाहिये, और ताप समाप्त करनेपर रोगीकी निद्रा भङ्ग न करनी चाहिये, उस समय यदि रोगीके शरीरपर बन्धनोंका प्रयोग न किया जा सके तो शरीरके ताप पहुंचाये हुए स्थानोंपर ऊनी शुष्क वस्त्र डाल देना चाहिये ।

जल या मृत्तिका ताप ऐसी श्रेणीका पहुंचाना चाहिये जो शीतलभी न हो और असह्य ऊष्णभी न हो ।

ताप और बन्धनका प्रयोग नित्य नियत समयपर होना चाहिये और अपने सन्मुख घड़ी रखलेनी चाहिये ।



ताप पहुंचानेसे पूर्व उसके उग्रान्त और यदि आवश्यकता हो तो बीचमें भी किसी प्रकारके ज्वरसे पीड़ित रोगियोंका टेम्प्रेचर लेना चाहिये ।

इस पुस्तकमें जहां तापका शब्द प्रयोग हो उसका अर्थ जल या जलमें निचोड़े हुए वस्त्रों द्वारा ताप पहुंचाना और बन्धनका अर्थ उष्ण जलमें पकी हुई मृत्तिकाका बन्धन समझना चाहिये ।

## रोगीका आहार

**य**द्यपि यह जानना बहुतही कठिन है कि किस रोगीको कोनसा आहार उसके अनुकूल हो सकता है तथापि यह बहुतही सुगमता पूर्वक जाना जा सकता है कि उच्च श्रेणीका वह अनार ( वेदाना या मस्कती ) जिसमें तीक्ष्ण गन्ध या स्वाद नहीं है और जो स्वाद हीन या अस्वादितभी नहीं है अर्थात् जो कण्ठमें मौलश्रांके समान अटकता नहीं है, जो कन्धारी अनारके सदृश दातोंको खट्टा नहीं करता है, जो चीकूकी नाई अधिक मीठा न होनेसे मुखमें दाह नहीं करता है, जो चहेड़ेके सदृश कसीला नहीं होता है, जो निवोली या करेलेकी नाई कटु नहीं होता है, जो पोपीतेकी नाई हीक नहीं देता है, जो खर्वूजेके सदृश तीक्ष्ण और लहसनेके समान अप्रिय गन्ध प्रगट नहीं करता है, जो आमकी नाई तीक्ष्ण चेंपसे मुखमें कष्टका कारण नहीं होता है, जो अमरुद या अन्य कठोर फलोंके समान मसूड़ोंको कष्ट देनेवाला नहीं होता है, जो केलेके सदृश रसहीन नहीं होता है, इत्यादि, इत्यादि, किसी ऐसे रोगीको जिसके जीवनका अन्त नहीं हुआ है कभी प्रतिकूल नहीं हो सकता ।

नोट:—प्राकृतिक चिकित्सा सम्बन्धी समस्त यन्त्र और सामग्री आदि सुगमता पूर्वक (१५) रुपये एडवान्स भेजनेपर निम्न पतेसे बी. पी. द्वारा प्राप्त हो सकती है:—

वल्लभ एण्ड सन्स,

पॉलीभीत, यू० पी०

Vallabha & Sons,

Pilibhit, U. P.

पत्र लिखते समय छाती और उदरकी चौड़ाई, तथा शरीरकी लम्बाई, एवं पोस्ट और रेलवे स्टेशन आदिका नाम स्पष्ट अक्षरोमें लिखना चाहिये ।

परन्तु उच्च श्रेणीके अनारके अतिरिक्त किसी रोगीके लिए अन्य फलोंमेंसे किसीको सम्मति देना चिकित्सकके अनुभवपर निर्भर है । अतः चिकित्सकको प्रारम्भिक अभ्यासमें केवल अनार या अन्य रसीले और सूक्ष्म फलोंहीकी सम्मति देनी चाहिये । क्योंकि प्रत्येक रोगीकी पाचन शक्तिका सुधार करके शुद्ध रक्तमें वृद्धि करनेकी आवश्यकता है, और विना रसीले और सूक्ष्म फलोंके न पाचन शक्ति ठीक हो सकती है और न शुद्ध रक्तकी-उत्पत्ति और-उसकी वृद्धि हो सकती है ।

यदि अनार या अन्य उच्च श्रेणीके रसीले फल धनाभावसे या किसी अन्य कारण वश पर्याप्त नहो तो रोगीका अवस्थानुसार कदू, तोरी, चबेड़े, टिन्डे, टो-मेटो, परवल, या गाजर आदिभी वाष्प द्वारा उबालकर दिये जा सकते हैं । परन्तु जीर्ण रोगियोंके विषयमें शाकोके देनेमें बहुत विचारसे काम लेना चाहिये । क्योंकि सप्रहणी, क्षयी या अन्य दारुण रोगोंमें किसी, किसी रोगीको अनारके अतिरिक्त अन्य कोई फल नहीं दिया जा सकता ।

अनारके अतिरिक्त स्ट्राबेरी, सगतता, लीची, लोकाट, खुर्मा, आलूचा, आलू-खुसारा, काशमीरी नाशपाती, गन्ना, लखनवी खर्बूजा, शरीफा, शहतूत आदि फलभी दिये जा सकते हैं । परन्तु इन फलोंमें कोई अधिक उत्तेजक या खट्टा न होना चाहिये । इसके अतिरिक्त प्रत्येक फलकी सम्मति देते समय रोगीकी दशाका अवश्य ध्यान कर लेना चाहिये ।

हमारे देशमें सबसे सुलभ और उत्तम आहार गन्नेका है । परन्तु उसका रस भारी होनेके कारण अनारके समान दोष रहित नहीं है । इसीसे वह अजीर्ण या वृक्क सम्बन्धी रोगोंमें कुछ प्रतिकूल रहता है, और अनारकी समानता नहीं कर सकता । किन्तु फिरभी वह दमे और क्षयी आदिमें कभी, कभी अमृतका काम करता है ।

रोगीके आहारका विचार करनेके लिए सबसे अधिक यह ध्यान रक्खना चाहिये कि सदा ऐसे फल हो जो रक्त बनानेके रससे परिपूर्ण हो, क्योंकि जीवन और स्वास्थ्यका आधार एकमात्र रक्तही है, और जो विना कष्टके सुगमता पूर्वक पाचनमें आ सकें, जिससे आमाशयको विश्राम मिलनेके कारण उसकी निर्बलताका अन्त होनेसे रोगीके शरीरका पोषण होकर नवजीवन प्राप्त हो और शरीरके जीवन-कोष विकृत कणोंका हनन करनेमें समर्थ हो रोगसे पीछा छुटा सकें ।

रोगीको लोभवश कभी कुम्हलाय हुए बासी या विकृत फलोंका सेवन कराना उसके रोगको सहायता देनी है ।

यथा शक्ति समस्त रोगियोंको दूधसे बचाना चाहिये, किन्तु संग्रहणी या अजीर्णके रोगियोंको तो विशेषकर किसी पशुका दूध न देना चाहिये ।

रोगीको जिस पशु का दूध दिया जाय उसका स्वस्थ और स्वच्छ होना परमावश्यक है । इसके अतिरिक्त उस पशुका आहारभी शुद्ध होना चाहिये ।

यद्यपि समस्त पशुओंमें रोगीके निमित्त गौऊका दूध सर्वोत्तम है । परन्तु किसी, किसी रोगीको, जिसको वह पाचनमें नहीं आता वकरीका दूधभी बहुत लाभप्रद सिद्ध होता है । किन्तु फिरभी यथा शक्ति यदि दूधकी अपेक्षा रोगीको रसीले फलोका आहार दिया जाय तो बहुत अच्छा है ।

अनेक रोगियोंको अनेक प्रकारके फल विना किसी अधिक हानिके दिये जा सकते हैं । परन्तु फिरभी जितना रसीले, सूक्ष्म और अनुत्तेजक फल लाभ पहुंचा सकते हैं उतना रसहीन, भारी और उत्तेजक फलोंसे लाभ नहीं हो सकता; प्रत्युत जितने रसहीन, भारी और तीक्ष्ण फल होते हैं उसी क्रमसे उनके द्वारा शरीरको क्षति पहुंचती है । अतः रोगीको यह विचारकर कि उसका रोग भयङ्कर नहीं है निश्चय जातिके फलोंका सेवन, उस समयतक जबतक कि धनाभाव न हो, करना किसी प्रकारभी अच्छा नहीं है । इसीसे उच्च श्रेणीके फलोका आहार मिलते हुएभी जो रोगी निम्न श्रेणीके फलोका सेवन करके कुपथ्य करना चाहता है वह अपने दांतोंसे अपनी कंठ खोदनेका प्रयत्न करता है ।

## पीड़ा

-:1:-

**संसार**के समस्त रोगोंका मूल हेतु तीक्ष्ण पदार्थों द्वारा जीवन-क्रोपोमें वेदना होनेपर पीड़ा या उसका दूसरा रूप खुजली अथवा उत्तेजना होना ही है । परन्तु वास्तवमें पीड़ा, खुजली या उत्तेजना द्वारा हमारी ज्ञानेन्द्रियोंके जागरित और शरीरके जीवनमय होनेकी सूचना मिलती है । इसीसे जबतक हमारे कण स्वस्थ और जीवनमय होते हैं तभीतक उनमें तीक्ष्ण पदार्थों या क्रियाओकी वेदना द्वारा शीत और वायुका सम्पर्क होनेपर पीड़ा आदिका ज्ञान हो सकता है ।

किन्तु जब हमारा शरीर अथवा उसका कोई भाग निर्जाव हो जाता है तो उसको उसी प्रकार पीड़ाका ज्ञान नहीं होता, जिस प्रकार कठोर कार्य करनेसे हस्त-तलकी त्वचाके निर्जाव होजानेपर ज्ञान तन्तुओंके नष्ट होजानेसे उममे मुई चुभानेसेभी कोई प्रभाव नहीं होता, और यही कारण है कि एक वह कृषक जो नम्र पग रहकर कम्पकमय क्षेत्रोंमें कार्य करता है पग-तलकी त्वचाके निर्जाव होजानेसे बड़े, बड़े काटोके लग जानेपरभी दुःखका अनुभव नहीं करता ।

पीड़ाका केन्द्र हमारा अग्र मस्तिष्क है, और मस्तिष्कतरु उसकी सूचना पहुंचनेवाले वह ज्ञान तन्तु है जो समस्त शरीरमें जालके समान फैले हुए हैं । अतः शरीरके सजीव होते हुएभी यदि अग्र मस्तिष्कको निकाल दिया जाय या क्लोरोफार्म अथवा अन्य किसी मादक पदार्थसे उसे शिथिल करदिया जाय या हमको मस्तिष्क सम्बन्धी कोई रोग हो जाय तो पीड़ाका ज्ञान होना बन्द हो जाता है । किन्तु मस्तिष्क स्वस्थ रहते हुएभी बिना शीत और वायुके स्पर्शके साधारण वेदना या पीड़ाका ज्ञान नहीं होता है, या बहुत ही कम होता है । इसीसे कोमलाति कोमल आन्तरिक अवयवोंकी अपेक्षा बाह्य अङ्गोंमें पीड़ाका ज्ञान अधिक होता है, क्योंकि यह नित्यके अनुभवकी बात है कि मिर्च सेवनकी दाह अन्त्रादिकी अपेक्षा जिह्वा, गुदा, शिरके बालोंकी जड़ों या कर्णोंदिमें अधिक प्रतीत होती है; और इसीके सदृश मूलीकी तीक्ष्णता अमाशयकी अपेक्षा जिह्वा और नासिकाको अनुभव होती है, हृदयके तीव्र रोगोंमें कोहनीमें कष्ट होता है; अजीर्ण ग्रस्त रोगीको प्रायः माथे और कन्पटीमें वेदना होती है, यकृत रोगमें बहुधा दाहिने हाथ या कन्पटीमें दुःख प्रतीत होता है, अन्त्र पीड़ामें जंघाओंके पीछे और विशेषतः वाम जंघासे घुटने पर्यन्त दुःख होता है, और योनि रोगोंमें कमर, शिरके पिछले भाग, जंघा और घुटनो आदिमें मुख्य स्थानोंकी अपेक्षा पीड़ाका अधिक ज्ञान होता है । कारण यह कि प्रथम तो शरीरके भीतर पहुंचकर वायु उत्तेजक नहीं रहती है, जिसके द्वारा हमारे कर्णोंका परिवर्तन होकर पीड़ा प्रतीत हो, द्वितीय शरीरके आन्तरिक भागमें प्रत्येक समय ऊष्ण तापके उपस्थित रहनेसे तीक्ष्ण पदार्थ हमारे कर्णोंका उसी प्रकार प्रभाव डालनेको असमर्थ होते हैं, जिसप्रकार अग्निपर रखे हुए पीतलक पात्रपर खटाईका प्रभाव नहीं होता । किन्तु तीक्ष्ण पदार्थ बोझमें हलके होनेसे प्रत्येक समय हमारे कर्णों द्वारा शरीरके ऊपर अनेक मार्गोंसे खदेड़े जाते हैं । अतः वह जिस

स्थानपर आते हैं वहांपर ऊष्ण तापकी न्यूनता और वायुके संसर्गसे वह शरीरके उन भागोंको पीड़ा देनेमें समर्थ होते हैं । परन्तु निरन्तर तीक्ष्ण पदार्थोंके संसर्गसे शरीरके बाह्य अङ्गोंके दिनोदिन निर्जीव होनेसे ज्ञान तन्तुओंके नष्ट या शिथिल हो-जानेपर अधिक तीक्ष्ण पदार्थभी सह्य हो जाते हैं । इसीसे अतिसारके आरम्भ कालमें यदि अधिक पीड़ाका ज्ञान होता है तो उसके संग्रहणीमें परिणत हो जानेपर तीव्र वेदनाका अनुभव नहीं होता । अपरञ्च अनेक विषोंके सेवनसे शरीर इतना शिथिल हो जाता है कि तीक्ष्णताती तीक्ष्ण पदार्थोंसेभी कष्ट प्रतीत नहीं होता ।

आन्तरिक अवयवोंमें जब अधिक पीड़ाका ज्ञान हो तो तत्क्षण यह ज्ञान लेना चाहिये कि या तो शरीरके ऊष्ण तापमें न्यूनता हो गयी है, या पीड़ित स्थानतक वेदनामें सहायक होनेके लिए वायुको यथेष्ट मार्ग मिल गया है, या उन तीक्ष्ण पदार्थोंका प्रभाव रोकनेके हेतु हमारे शरीरका ऊष्ण ताप यथेष्ट नहीं है । अतएव पीड़ा अर्थात् समस्त रोगोंकी एक मात्र यही चिकित्सा है कि पीड़ित स्थानों, तथा जहांसे उनका सम्बन्ध हो उनकी जल अथवा जलमिश्रित मृत्तिका ताप द्वारा रक्षा की जाय ।

## तीव्र रोग

Acute disease.

**ती**व्र रोग उसी समय होते हैं जब हमारे जीवन कोष चैतन्यतासे कोमल अर्थात् अधिक जीवन युक्त होते हैं । कारण यह कि तीक्ष्ण पदार्थ स्वस्थ और कोमल जीवन कोषोंको वेधन करनेसे उनमें अति तीव्रताके साथ दाह होनी आरम्भ हो जाती है; और उनकी दाहकी वेदनासे उनके निकट सम्बन्धी जीवन कोषोंमें दाह होने लगती है । अतः इसी प्रकार यथा क्रम वह दाह अपनी सामर्थ्यके अनुसार फैलती जाती है, और जितनी दाह बढ़ती जाती है हमारे शरीरके रसीले द्रव पदार्थ जलते या शुष्क होते जाते हैं अर्थात् जीवन शक्ति व्यय होती जाती है । निदान दाहकी चिकित्सा यही है कि पीड़ित स्थानपर हमारी वतायी हुई जल ताप द्वारा चिकित्सा की जाय । क्योंकि जलसे दाह द्वारा शरीरके रसीले पदार्थोंका जलना या शुष्क होना बन्द हो जाता है, और ऊष्ण तापसे तीक्ष्ण पदार्थ

स्वस्थ जीवन-कोषोपर अपना प्रभाव नहीं करसकते । इसके अतिरिक्त दाहके समय वायुमण्डलका शीत हमारी प्रकृतिके अनुकूल नहीं रहता । इसीसे बन्दूकी गोली खाया हुआ हरिण ज्वतरु गमी रहती है दौड़ा चला जाता है, परन्तु शीतका प्रभाव होतेही पीड़ाका ज्ञान होने लगता है । निदान् जितनी दाह हो उसीके अनुसार जल ताप या जल मिश्रित तापमय मृत्तिका बन्वन होने चाहियें, अर्थात् जैसी रोगकी प्रकृति हो वैसीही रोगीकी सख और सुखप्रद जल ताप क्रियाओं द्वारा चिकित्सा करना चाहिये । कारण यह कि यदि जल ताप दाहकी मात्रासे अधिक शीतल होगा तो तीक्ष्ण विपैले पदार्थोंसे हमारे जीवन-कोषोंकी रक्षा न हो सकेगी प्रत्युत लाभकी अपेक्षा हानिकी सम्भावना है; और यदि अधिक ऊष्ण होगा तो रसीले पदार्थोंको जलाना और जीवन कोषोंको उत्तेजित करना आरम्भ करेगा । विना जलकी सहायताके किसी प्रकारकी ऊष्ण क्रियाओका प्रयोग या सेकना वर्जित है; क्योंकि इस प्रकार शरीरके रसीले पदार्थ क्षय होनेके अतिरिक्त विकृत पदार्थ शुष्क होकर शरीरके भीतर चिपक जाते हैं ।

तीव्र रोगोंकी चिकित्सामे यहभी ध्यान रखनेकी आवश्यकता है कि जिस स्थान पर पीड़ाका ज्ञान होता है उसका किस स्थानसे सम्बन्ध है । जैसे—किसीके तो शिरमें चोट लगनेसे, किसीके शीतके प्रभावसे, और किसीके पाचन क्रियाके दोषके कारण पीड़ा होती है । अतः जिसके चोट या सर्दीसे पीड़ा होती है उसकी जल या मृत्तिका ताप द्वारा स्थानीय अर्थात् पीड़ित स्थानको तप्त करके चिकित्सा करनी चाहिये, और जिसके पाचन क्रियाके विकारसे दुःख होता है उसकी स्थानीय अर्थात् शिर तथा पीड़ाके मुख्य हेतु अर्थात् उदरादिको ताप पहुंचाकर करनी चाहिये । परन्तु स्थानीय चिकित्सामेभी यदि दाह अधिक बढ़नेकी सम्भावना हो तो जहातक उस दाहकी सीमा हो वहांतकके जीवन-कोषोंकी रक्षा करनेकी आवश्यकता है । जैसे—सर्पके काटने या मादक पदार्थोंका टीका लगानेका विष बड़ी तीव्रतासे रक्तवाहिनी नाडियों द्वारा सर्व शरीरमें फैलने लगता है । अतः काटे हुए स्थानपर तथा उससे दूरतक या आवश्यकता हो तो सर्व शरीरपर ताप पहुंचाना चाहिये; किन्तु जो स्थान जितनी ऊष्णताको सहन कर सक्ता हो उसीके अनुसार ताप होना चाहिये ।

तीव्र रोगोंमे यदि भूखका ज्ञान न हो तो भोजन सर्वथा वर्जित है, किन्तु भूख प्रतीत होनेपर अनुत्तेजक स्वस्थ और अधिकतर रसीले फलोंका प्रयोग होन

चाहिये । परन्तु मन्द और तीव्र मिश्रित रोगोंमें जिनमें रोगी क्षयो आदिके सदृश अति निर्वल हो या संग्रहणीके समान पाचन क्रिया अति न्यून हो तथा आमाशय या अन्त्रमें घाव होगये हो तो कुछ कालतक या हो सके तो कई मास पर्यन्त रोगीको केवल रसीले फलोंका रस चूसना और फोक थूक देना चाहिये; तद् उपरांत रोगके अन्ततक केवल रसीले फल लेने चाहियें या जैसी अवस्था हो वैसे भोजन हो । स्मरण रहे कि सबसे सुपाच्य और अधिक बल देनेवाले सदा अनुत्तेजक और रसीले फलही हैं और शेष जितने भारी या उत्तेजक फल हैं उनसे कभी निर्वल रोगी लाभ नहीं उठा सकता । क्योंकि ऐसे अनेक क्षयी और संग्रहणी आदिके रोगी जिनको केवल साधारण फलोंपर रहनेसे लाभ नहीं हुआ है और दिनोदिन इतने निर्वल होते चले गये हैं कि बिना किसी दूसरेकी सहायता कर्बटभी लेनेको समर्थ नहीं थे । रसीले फलोंके रससे दो, तीन सप्ताहमेंही चलेने-फिरने लगे हैं, और बहुतसी पीड़ाओंसे मुक्त होगये हैं । जिन रोगियोंको कुछ दिनका उपवास हो जाय उनको भूलकरभी रसीले फलोंके अतिरिक्त कुछ न देना चाहिये ।

## मन्द रोग

Chronic disease.

**म**न्द रोगोंका केवल एक यही कारण है कि तीव्र या तीक्ष्ण रोगोंकी निरन्तर दाहसे हमारे जीवन-कोष निर्जाव होनेके कारण उसी प्रकार इतने कठोर और जीवन हीन हो जाते हैं जिस प्रकार लगातार हाथसे कड़ा काम करनेपर हाथकी गहियां निर्जाव होकर कठोर हो जाती हैं, और जिस प्रकार जितनी हाथमे कठोर और जीवन हीन ठेके होती हैं उतनीही सुई चुभानेसे कम पीड़ा होती है, उसी प्रकार मन्द रोगोंकी वेदनासे हमारे जीवन-कोष जितने निर्जाव या कठोर हो जाते हैं उतनीही कम पीड़ा का ज्ञान होता है । कारण यह कि पीड़ाका ज्ञान जीवनके साथ है । अतः मन्द रोगोंकी नाव शरीरसे तबतक दूर नहीं हो सकती जबतक हमारे शरीरमें पुनः जीवन शक्ति न बढ़ायी जाय, और रही सही जीवन शक्तिको दाह या तीक्ष्ण पदार्थोंसे न बचाया जाय । अतः जीवन शक्तिके बढ़ाने वाले रसीले फल, तथा मन्द, मन्द सुहावनी वायु सेवन आदि हैं, और दाहको रोकने वाला प्रकृतिके अनुकूल सख जलत्पाप है । मन्द रोगमें दाहके

कम होनेसे जीवन-कोषोंके शीघ्र नाश होनेकी सम्भावना नहीं होती इस लिए अधिक ऊष्ण ताप कभी न होना चाहिये और इसीसे हमने सख जलतापकी सम्मति दी है

मन्द रोगोंमें शीतल सख पत्रनमें टहलना तथा इच्छा हो तो शीतल सख जलसे स्नान करना बड़ाही हितकर है । परन्तु यदि सख न हो तो लाभकी अपेक्षा हानिकी सम्भावना है ।

मन्द रोगोंमें यदि तीक्ष्ण पीडा न हो तो घावो या छाजन आदिके चिन्हों आदिके अतिरिक्त अन्य स्थानपर तीव्र रोगोंके सदृश प्राथमिक कालको छोड़ आपत्तिसे निकलनेपर प्रत्येक समय ताप पहुचानेकी कोई विशेष आवश्यकता नहीं है । केवल प्रति दिन एक या दो बार ताप पहुचानेसेभी काम चल सकता है । परन्तु यदि प्रत्येक समय मृत्तिका तापके बन्धन रहें तो बहुतही अच्छा है, और शीघ्र आरोग्य होनेका उपाय है ।

मन्द रोगोंमें जिससे हमारी चिकित्साको कलङ्क न लगे सर्वोत्तम तो रसीले फल ही हैं, परन्तु यदि धनाभावसे फल पर्याप्त न हो तो अनुत्तेजक रसीले शाक या चिकित्सककी सम्मतिसे दूधभी दिया जा सकता है ।

## शिर सम्बन्धी रोग

### शिर पीडा Headache.

**शिर** पीडा एक अति दुष्ट रोग है, इसीसे नहीं कि यह बड़ी जन संख्याको अनेक प्रकार होती है, वरन् कभी, कभी ऐसे भयङ्कर या निरन्तर रूपमें होती है कि हम नित्यके साधारण काम काज करनेकेभी योग्य नहीं रहते । बाल्यावस्थामें इसको कोई साधारण रोग न समझना चाहिये । क्योंकि प्रथम तो शिर पीडा किसी मुख्य अवयवके भारी रोगका कारण होती है, द्वितीय आरम्भ कालमें थोड़ेही ध्यानसे दूर हो सकीत है । उस समय उपेक्षासे काम लेनेपर रोग स्थायी हो जाता है, और उससे नेत्र, कर्ण नासिकादिके रोगोंकीभी सम्भावना रहती है । किसी २ समय मस्तिष्क सम्बन्धी रोगोंसेभी शिर पीडाका भय रहता है । शिर पीडाभी प्रायः, जैसे शरीरके अन्य भागोंकी दाह स्नायु जाल द्वारा शरीरके ऊपरी भागोंपर जान पड़ती है, उसी प्रकार माथे, खोपड़ी, वातरज्जुओ आदिमें प्रतीत होती है ।



शिर पीडाओंमें चिकित्सासे पूर्व मुख्य हेतु देखनेकी आवश्यकता है। अतः यदि ज्वर है तो उसके मूल कारण अर्थात् ज्वरकी चिकित्सा होनी चाहिये; और यदि वृक्, आमाशय, यकृत, फुफ्फुस, श्लिहा, वक्ष, कण्ठ या अन्त्रादिके रोगी होनेसे पीडा होती है तो स्थानीय चिकित्साके साथ मूल रोगोंके दूर करनेकीभी आवश्यकता है। जैसे यदि यकृत, वृक्, आमाशय, श्लिहा, अन्त्र तथा गर्भाशयादि द्वारा पीडा होती है तो उनकी चिकित्साके हेतु उदर या घड़पर जल ताप और उसके उपरान्त मृत्तिका तापके बन्धन प्रयोग करने चाहिये, और उनसे जो विकृत पदार्थ शिरकी ओर जाते हैं उनको ग्रीवापर ताप पहुंचाकर रोकना चाहिये। इसके अतिरिक्त शिरके जिस स्थानपर पीडा या दाह है वहांभी ताप पहुंचाना चाहिये। निदान् इसी प्रकार यदि शिरकी पीडाका मूल कारण फुफ्फुस, वक्ष या श्वास आदिसे पीडित होना हो तो छाती या कमरको ताप पहुंचाना चाहिये।

शिर पीडाओंकी चिकित्सा बड़ी सावधानीके साथ करनी चाहिये। यदि रक्तकी न्यूनतासे हो तो जहातक हो रसीले फलोंका सेवन हो। शेष बातें जिस हेतुसे शिरमें पीडा हो उस रोग में देखो।

यदि तीव्र पीडा हो तो ग्रीवा और पीडित स्थान तथा जहासे पीडा आरम्भ होती है निरन्तर कई घण्टेतक दिनमें कई बार उसपर जल ताप पहुंचाना चाहिये, और जिस समय जल ताप बन्द किया जाय तत्क्षण शिर या आवश्यकता हो तो अन्य स्थानोंपरभी मृत्तिका बन्धन प्रयोग किये जायं। परन्तु मन्द रोगोंमें प्रात और सायंके समय दो, दो घण्टे केवल जल ताप और उसके उपरान्त दुर्तापवाहक वत्तों अथवा मृत्तिकाके बन्धन होने चाहिये। इसके अतिरिक्त रोगीको मास्तिष्क सम्बन्धी परिश्रमसे दूर रहना चाहिये।

उपरोक्त विधिसे शिर सम्बन्धी तीव्र रोगोंकी चिकित्सा करनेपर प्रायः रोगी ताप होते हुएही पीडाके न्यून होने या उससे सर्वथा मुक्त होनेपर निद्रा ग्रस्त हो जाता है। क्योंकि यह एक बार नहीं प्रत्युत अनेक बार अनुभवमें आयी हुई बात है। सबसे पहिले सन् १९१६ ई०में हमने प्रयागमें एक मासिक पत्रिकाकी सम्पादिकाकी चिकित्सा की थी। हमारे अनुमानसे उससे पहिले हमारी चिकित्सामें वैसी भयङ्कर शिर पीडाका कोई रोगी नहीं आया था। परन्तु उसको रुदाचित पन्द्रह मिनट तट्ठी जलताप पहुंचाया था कि एकैक वह निद्रा ग्रस्त हो गया; और कोई दो

घन्टे पर्यन्त ताप देनेपर वह सर्वथा पीड़ासे मुक्त हो गयी । इसी प्रकार एक शीत ( जुलूम ) से पीडित रोगी जो कि इतना दुःखी था कि उसे समस्त रात्रि बैठकर ही व्यतीत करनी पड़ी, दिनके निकलतेही हमारे निःश्रुत आया । अतः हमने उसको दो, दो घन्टे दिनमें चार, पांच बार माथे और उदरको जल द्वारा तप्त करने, और उसके पश्चात् तप्त किये हुए स्थानको नम्र न रक्खनेकी सम्मति दी । फल यह हुआ कि दूसरे दिन जब वह आया तो वह रोनेके स्थानमें प्रफुल्ल वदन था और उस समय उसको कोई पीडा न थी । अतएव ऐसी महत्त्व पूर्ण घटनाओंसे हमको यह गर्व हो गया कि हम दारुणसे दारुण रोगीको उस समयतक दूर कर सकते हैं जबतक कि शरीरमें जीवन शक्तिया उपस्थित हैं । परन्तु अन्तमें हमारा यह गर्व चूर होगया । क्योंकि बम्बईमें एक शिर पीडासे क्लेशित रोगी हमारे निकट आया, और हमने अभिमानपूर्ण उसको तत्क्षण उस पीड़ासे मुक्त करनेकी बात कही, और उसके शिरको ताप पहुंचाना आरम्भ किया । किन्तु स्टोवपर जल पात हो जानेसे वह बुझगया, और दुबारा जलानेपर वह फिर जल उठा, परन्तु तैल समाप्त हो जानेके कारण वह कुछ सेकिन्ड जलकरही रहगया । किन्तु हम यह न समझ सके कि तैलका इति हो गया है, प्रत्युत हमको यही ज्ञान रहा कि जल्के गिर पडनेसे स्टोव विगड़ गया है । अतः उस रात्रिको अशक्त हो हमको अपना कार्य बन्द करना पडा, और हम उस रोगीको शिर पीडासे मुक्त न करसके । परन्तु दूसरे दिन सूर्यके उदय होतेही ज्योंही हमने यह जाननेके निमित्त स्टोव उठाया, कि देखें उसका क्या विगड़ गया है, त्योंही उसके बोझमे हलकापन प्रतीत होनेसे यह ज्ञान हुआ कि उसका तैल समाप्त हो गया था, और गत् रात्रिको उस रोगीको रोगसे मुक्त होना नहीं था इसीसे उस समय हमारी बुद्धिनेभी धोखा दिया ।

मन्द शिर पीड़ाओंमें कुछ धैर्यसे काम लेनेकी आवश्यकता है । क्योंकि तीव्र रोगकी उत्पत्ति बड़ी तीव्र गतिसे होने और शरीरमें जीवनकी मात्रा अधिक होनेके कारण उनसे ताप पहुंचानेपर शीघ्र छुटकारा हो जाता है, किन्तु मन्द रोगोंकी मन्द गति और शरीरकी शिथिलताके कारण उसके आरोग्य होनेमें विलम्ब होता है, प्रत्युत कभी, कभी ऐसे रोगियोंको मन्द शिर पीड़ाओंसे मुक्त होनेमें छः, छः सात, सात मास लग जाते हैं । परन्तु इस प्रकार वह सदाको इस दारुण दुःखसे छूट जाते हैं ।

## मस्तिष्क सम्बन्धी रोग 'Brain Diseases.

**मि**र्गी, उन्माद, पक्षाघात, तथा मस्तिष्कके फोड़े हिस्टेरिया, ऐपापलेप्सी, एफेसिया, इपीलेप्सी, मेनिनजाइटिस, हाइड्रोसेफलस आदि समस्त मस्तिष्क सम्बन्धी रोग शरीरके अन्य अवयवोंके रोगी होनेपर होते हैं। अतः स्थानीय चिकित्साके अतिरिक्त छाती या कमरपर गलेसे उदरके आगेतक जल-ताप तथा धड़ या उदर बन्धन होना चाहिये। किसी २ समय उन्माद सरीखे रोगोंमें एक सप्ताहमेंही रोगियोंकी दशा बहुत अच्छी होती देखी गयी है, परन्तु पक्षाघात सरीखे रोगोंमें कई मासमें सफलता होती है।

भोजन रोगकी अवस्थाके अनुसार होना चाहिये परन्तु यदि शीघ्र बल प्राप्त करना और हमारी चिकित्साका अद्भुत चमत्कार देखना हो तो रसीले फलोंका आहार होना चाहिये।

मस्तिष्क सम्बन्धी अनेक रोगियोंमेंसे भटिन्डेमें एक उन्माद रोग ग्रसित प्रायः पन्द्रह वर्षीय कन्या हमारी चिकित्सामें आयी। उसका रोग इस गतिको पहुंच लिया था कि उसके शरीरमें किसी स्थानपर सुई चुभानेसे उसे उसका ज्ञान न होता था। अनेक डाक्टर उसकी चिकित्सा करचुके थे। किन्तु किसीकी चिकित्साका परिणाम सन्तोष जनक न रहा; और उसका बहनाई, जिसके यहां वह उन दिनों आयी हुई थी, और जो कि रेलवेका एक उच्च पदाधिकारी था, इस लिए हमारी चिकित्सा नहीं करना चाहता कि रोगीके फल सेवन करनेसे धनका अधिक व्यय होगा। परन्तु अन्ततः औषधियोंके मूल्य और डाक्टरोंकी फीसकी अपेक्षा उसको हमारी चिकित्सा सुलभ प्रतीत हुई। क्योंकि एकतो उसे हमको फीस न देनी पड़ती थी, दूसरे वह अपने कुछ रोगपर हमारी चिकित्साका अनुभव कर चुका था। परन्तु इस-परभी उसने हमसे यह प्रार्थना की थी कि हम केवल गाजरके आहारकी सम्मति दें, जिससे कौड़ियोंमें काम हो जाय। किन्तु यह हमारे सिद्धान्तके विपरीत था कि हम सत्यपर आवरण डालकर उसको ऐसे धोखेमें डालते। अतः हमने वही कहा जो उचित था और उसने वही किया जो एक अनुदार मनुष्य कर सकता है, अर्थात् अन्य रसीले और उच्च जातिके फलोंके स्थानमें केवल उबली हुई गाजरोंकाही सेवन कराया और दिनमें दो बार दो, दो घण्टे पर्यन्त छाती और मस्तिष्कको जल-द्वारा ताप पहुंचाया। फलतः एकही सप्ताहमें वह प्रायः उस रोगसे मुक्त हो गयी।

किन्तु उसके वहनोई महाशयने लोभ वश हमारी सम्मतिके अनुसार अधिक काल-तक उसकी चिकित्सा नहीं की, जिसके कुछ मास उपरान्त वह फिर उन्माद ग्रस्त हो गयी । अतः हमारी सम्मतिके अनुसार मस्तिष्क सम्बन्धी समस्त रोगोंमें कई मासतक चिकित्सा करनी चाहिये ।

### कर्णरोग Ear diseases.

**कान**के प्रत्येक रोगमें कभी विलम्ब न करनी चाहिये क्योंकि यह बड़ा ही कोमल तथा अमूल्य यन्त्र है । प्रत्येक कानके रोगमें ऐसा जल ताप पहुंचाना चाहिये कि पीड़ित स्थानतक उसका यथेष्ट प्रभाव हो सके और जल तापके उपरान्त मृत्तिकाका ऐसा बन्धन करना चाहिये कि कान दबकर कष्ट न हो, या जलमें घुली हुई ऊष्ण की हुई चिकनी मिट्टी कानमें भरकर ऊपरसे फुलालेनका टुकड़ा बांध दिया जाय । कानके फोड़े आदिमें ताप या मिट्टीके बन्धन अधिक ऊष्ण होने चाहिये, जिससे तत्क्षण पीड़ा बन्द होनी आरम्भ हो जाय । यदि जल तापकी सुविधा न हो और मृत्तिका बन्धन प्रयोग किये जावें तो शीघ्र शीघ्र बदलते रहना चाहिये; और किसी समय कानको रोगसे मुक्त होनेतक बन्धन हीन न रखना चाहिये । किन्तु मन्द रोगोंमें यदि प्रत्येक समय जल ताप न पहुंचाया जा सके तो प्रत्येक समय मृत्तिका बन्धन रहने चाहिये । किसी किसी कर्ण रोगमें कमसे कम दिनमें एक बार उदर या घडपर जल ताप या मृत्तिका बन्धन तथा साधारण ठण्डी वायु में टहलने-कीभी आवश्यकता है । ठण्ड और वायु से अन्य प्रदाहित स्थानोंकी नाई कानको भी सुरक्षित रखना चाहिये ।

भोजन रोग तथा शरीरकी अवस्थाके अनुसार होना चाहिये, परन्तु जहाँतक हो सके फलही अच्छे हैं और शरीरकी निर्बलता या कानके बहिरेपनकी दशामें उन्हींसे लाभकी आशा है ।

कर्ण रोगका एक रोगी सबसे पहिले हमारी चिकित्सामें विजनौरके स्थानपर सन १९१५ ई० में आया था । उसके कानमें फोड़ा होगया था; और वहापर बड़ेसे बड़े डाक्टर और हकीम निरन्तर पन्द्रह दिनतक अनेक उपाय करनेपरभी उसकी पीड़ामें न्यूनता न कर सके थे । पीड़ासे वह इतना दुखी था कि उसके कमरेमें चलनेसेभी वह विकल हो जाता था । परन्तु हमारी चिकित्सामें विश्वास रखते हुएभी अपनी जिह्वाके चटोरपनसे वह हमसे चिकित्सा कराना नहीं चाहता

था । किन्तु अन्तमे दुःखी हो हमसे चिकित्सा करनेके लिए प्रार्थना की । अतः हमने उसके पीड़ित कर्णपर दिनमें कई बार ताप पहुंचवाकर मृत्तिका बन्धनोंका प्रयोग करवाया । फल यह हुआ कि वह तीन दिनमें उस पीड़ासे मुक्त हो गया ।

एक अन्य अनेक व्याधियोसे पीड़ित रोगीने सन १९१७ ई० में हमको अमृतसरके जिलेमें एक स्थानपर बुलाकर अपनी चिकित्साके लिए सम्मति मागी । अतः हमने उसे उदरको प्रति दिन दो बार ताप पहुंचाने और उसके उपरान्त बन्धनोंका प्रयोग करनेकी सम्मति दी । अतएव केवल उसी प्रयोगसे उसके अन्य रोगोंका इति होनेके अतिरिक्त उसके कानोंकी शुष्कता और कम सुनेकाभी अन्त हो गया ।

सबसे अधिक हमको एक आगरेके रोगीका दुःख है । क्योंकि हमारी चिकित्सासे अनेक बहिरा और कानके नासूर वालोंको लाभ पहुंचा, किन्तु उस रोगीके कानके नासूरको इस लिए लाभ नहीं हुआ कि वह एक बहुतही कृपण सेठका पुत्र था, और इसपर कि हमको उसने कभी एक कौड़ी न देनेपरभी चिकित्सार्थ स्टोव आदिके मोल लेनेमें जो व्यय किया था उसका कई बार अनेक मनुष्योंके सन्मुख कथन किया था । इसीसे हमने उसे अन्य कोई सम्मति देना उचित न समझा अन्यथा हम उसके लिए कोई ऐसा टव बनवाते जिसमे लेटनेसे दोनोंकानोंके भीतर जल पहुंचकर अपने ताप द्वारा कर्ण रोगका नाश कर देता ।

### नेत्ररोग Eye Diseases.

**स्था**नाभावसे नेत्र रोगोंकी साधारण व्याख्याभी नहीं हो सकती । अतः इतनाही कहना उचित है कि नेत्र सम्बन्धी किसी रोगमें उपेक्षासे काम न लेना चाहिये ।

तीव्र रोगोंमें यथा शक्ति दिन (२४ घण्टे) में कई बार जलका ताप पहुंचाना चाहिये और मन्द रोगोंमें दिनमें दो बार ताप देना चाहिये, और नेत्रोंको किसी समय गुलाब न रत्ताना चाहिये, अर्थात् ताप पहुंचानेके उपरान्त मृत्तिकाके बन्धनोंका प्रयोग करना चाहिये । क्योंकि यों तो समस्त नेत्र रोगोंमें परन्तु विशेषतः तीव्र रोगोंमें आंखके रुले रहनेपर वायु और प्रकाशका स्पर्श होना बहुतही आपत्ति जनक है ।

नेत्रोंके अनेक ऐसे रोगियोंको जो सर्वथा हताश हो चुके थे फलोंके आहार और जलके ताप तथा मृत्तिकाके ताप नय बन्धनोंसे जो लाभ पहुंचा है उसका कथन बहुत विलुप्त है । इसलिए नक्षेपमें उक्त रोगियोंका विवरण देते हैं:—

सोमना जिले अलीगढमें एक रोगी नेत्रोंकी तीव्र पीड़ासे विकल था और निरन्तर डेढ़ वर्षतक एक नेत्र विशेषज्ञकी चिकित्सामें आगरे रहनेपरभी उसे विशेष लाभ न होनेसे वह हमारी चिकित्सामें आया । हमने उसको प्राय तीन, चार बार दो, दो घण्टेतरु जल द्वारा ताप पहुंचाने और ऊष्ण मृत्तिकाका बन्धन प्रयोग करनेकी सम्मति दी । अतः उसने बहुत अंशतः उसका पालन किया और प्राय एक सप्ताहमें पीड़ासे मुक्त हो गया ।

जिले स्यालकोटमें एक रोगीके दोनों नेत्रोंमें कई वर्षसे रोहे पड़ गये थे और उनके वर्षणसे एक नेत्रमें अधिक पीड़ा होनेके कारण उसके डाक्टर महाशयकी यही सम्मति हुई कि वह नेत्र निकाल दिया जाय अन्यथा दूसरा नेत्रभी बिगड़ जावेगा । अतः रोगी उस ओरसे हताश होकर हमारी चिकित्साकी शरणमें आया । हमने दिनमें दो बार दो, दो, घण्टे जल द्वारा तप्त करने और प्रत्येक समय ऊष्ण मिट्टी बांधे रखनेकी सम्मति दी । परन्तु वह पूर्णतः उसका पालन न कर सका । अतः उसकी चिकित्सामें चार, मास व्यतीत हो गये । किन्तु फिर कोई यह नहीं जान सकता था कि वह नेत्र किसी समय रोगी था ।

हमारी भार्याभी एक बार नेत्र रोगमें ग्रसित हुई । उसकी दोनों आखोंके कोय कटते थे और पल्केमें रोहे हो गये थे । किन्तु उसने उपेक्षासे काम लिया और उन्हीं दिनोंमें हमको आगरेसे बम्बई जाना था । अतः मार्गमें वायुके स्पर्शसे आखोंमें सूजन और पीड़ामें वृद्धि होगयी । परन्तु मार्गमें चिकित्सा सम्बन्धी कोई सासंग्री न होनेके कारण बम्बई पहुंचकर हमने उसकी आखोंपर जलके ताप और ऊष्ण मृत्तिका बन्धनोंका प्रयोग किया, जिससे प्राय एक सप्ताहमें वह रोगसे मुक्त हो गयी । परन्तु उसने एक दिन जल तापके उपरान्त आखोंको खुला रक्खा, जिससे उसके नेत्र बहुत सूज गये । इसके अतिरिक्त वह कभीभी पथ्यसे नहीं रही । इस लिए वह पूर्णतः स्वस्थ बहुत दिनोंमें हुई ।

साधारण नेत्र पीड़ामें तो अविकतर यही देखनेमें आया है कि यदि आज आखमें पीड़ा और लाली हुई है और आजही ताप पहुंचाकर मृत्तिका बांध दी गयी है तो कलकोही नेत्र स्वच्छ प्रतीत हुए हैं । परन्तु रोगको निर्मूल करनेमें अवश्य कुछ दिन लगते हैं ।

मोतिया बिन्दको छोड़कर प्राय सभी नेत्र रोगियोंपर उनके दुःख दूर करनेमें

हमको विजय हुई है, और मोतिया बिन्दमें केवल उन रोगियोंपर सफलता हुई है जिनका रोग प्रारम्भिक दशामें था । इसके अतिरिक्त जिन रोगियोंके नेत्रसे देखनेकी शक्ति विदा हो लेती है और पीड़ाका ज्ञानभी नहीं रहता उनको लाभ पहुंचना असम्भव है ।

### नासिका रोग Nose diseases.

**अ**ति शीतल, विषैली धूलमय वायु एवं उत्तेजक पदार्थोंको सूंघनेके अतिरिक्त बहुधा नासिका रोग उदर सम्बन्धी रोगों तथा क्षयी, श्वास और उपदंश आदि पीडाओंकाभी परिणाम होता है । परन्तु साथही साथ जिस प्रकार क्षयी आदिसे नासिका रोग होजाते हैं उसी प्रकार नासिका रोगोंसे क्षयी आदिकी सम्भावना रहती है । अतः साधारणसे साधारण सर्दी या जुकाममेभी असावधान न रहना चाहिये ।

नासिका रोगमें यदि प्रधान कारण आमाशय या फुफ्फुस आदिके रोग हों तो सबसेपूर्व उन हेतुओंकी चिकित्सार्थ छाती और उदरको तप्त करना चाहिये तत्पश्चात् ग्रीवा तथा माथे या नासिकादिपर अर्थात् जहां दाह प्रकट हो ताप पहुंचाकर बन्धनोका प्रयोग करना चाहिये । नासिकाका बन्धन सदा ऐसा हो जो माथे या कनपटीको बांधता हुआ नासिकापर आता हुआ नथनोंके ऊपर न आवे ।

क्षयी आदि सरीखे रोगोंके हेतु जो नासिका रोग हो उनमे उन्हीं रोगोंके अनुसार भोजन होना चाहिये किन्तु जो सर्दी या गर्मी आदिसे साधारण जुकाम आदि हो उसमे साधारण फलोंसेभी काम चल सकता है ।

नासिका रोगमें सबसे पहिला रोगी हमारी चिकित्सामें सन् १९१२ ई० में कुचावन स्थानपर आया था । उसको प्रत्येक ग्रीष्म ऋतुमें प्रायः बाल्यकालसेही रक्त जाया करता था । अतः हमने उसको पाचनके विकारसे रक्तकी ऊष्णताको शान्त करनेके लिए उदर और माथेको प्रति दिन दो, दो घण्टे जल द्वारा ताप पहुंचाने और रसीले फलोंपर प्रायः छ मास पर्यन्त निर्वाह करनेकी सम्मति दी, जिसका फल यह हुआ कि जब वह हमें सन् १९१४ ई० में जोधपुर मिला तो उसने उस व्याधिसे मुक्त होजानेके शुभ समाचार सुनाये ।

एक और नासिकामे शुष्कता रहनेका रोगी सन् १९१६ ई० में हमें आगरेके स्थानपर मिला । उसकी यह दशा थी कि प्रायः दस वर्षसे रात्रिको शयन करनेके

उपरान्त प्रातःको उठते समय उसके दोनों नथनेमें शुष्कताके कारण घुरण्ड जम जाते थे और वाम नथनेकी तो यह दशा थी कि जगलीसे घुरण्ड उचालतेही रक्त प्रवाह हो जाता था, जिससे उसको प्रत्येक समय बड़ा दुःख प्रतीत होता था, और यदि किसी दिन घृतका पक्वान या अधिक मिर्च अथवा गर्म मसाला सेवन कर लेता था तब तो उमकी पीडाकी कोई सीमाही न रहती थी । वह प्रत्येक समय नासिकासे खू, खूका शब्द करता रहता था और अपने इस स्वभावसे पीडाके अतिरिक्त इस कारणसे औरभी दुःखी था कि वह कहीं किसी समाजमें इस लज्जावश नहीं बैठ सकता था कि वहा उसके बुरे स्वभावका अनुकरण करके उसे चिढ़ाया जाता था । अतः हमने उसके उदरको विकारमय जानकर उसको उदर, ग्रीवा और माथेसे नासिका पर्यन्त प्रति दिन दो, दो घण्टे दो बार जल तापके प्रयोग आर सूक्ष्म सुपाच्य फलोंके सेवन करनेकी आज्ञा दी । परिणाम यह हुआ कि पहिले सप्ताह-मेही उसकी पाचन क्रियाओके ठीक होनेपर उसका वह स्वभाव बहुत कम हो गया । और चार सप्ताहमें उसका लेशभी न रहा, परन्तु रोगके जानेपरभी हमने उसे कई मास पर्यन्त उसी आहार और चिकित्साके नियम पालन करनेकी सम्मति दी, जिससे रोगका सदाको अन्त हो जाय ।

सन १९१५ ई० के प्रारम्भमें एक पीनससे पीडित रोगी हमको बलरामपुरमें मिला । उसकी नासिकासे बड़ी तीव्र गन्ध प्रतीत होती थी, और प्राय छोटे, छोटे जन्तु झड़ा करते थे । इसके अतिरिक्त वह बहुतही रोगी था । अतः वह चिकित्सार्थ सामग्री प्राप्त करनेकोभी धन न रखता था । किन्तु उसकी स्त्री पूर्ण पतिव्रता थी । उसने हमारी सम्मत्यानुसार अगीठीपर जल तप्त करके चिम्टेसे बच्चोंको निचोडकर प्राय सात मास पर्यन्त उसकी नासिका और उदरको प्रति दिवस दो, दो घण्टे कर दो बार ताप पहुंचाया और नासिकापर मिट्टीके बन्धनोका प्राय चौबीसों घण्टे प्रयोग रक्खा । किन्तु वनाभावसे उच्च श्रेणीके फल न देसकरके कारण गौऊका दूध और रसीले शाकोंका प्रयोग कराया । अतः वह शीघ्र आरोग्य होने लगा और कुछही मासमें वह उस पीडासे सदाको मुक्त हो गया ।

**मुख रोग** Mouth diseases.

**स्थानीय** मुख रोग केवल वही हैं जो चोट लगने या अधिक शीतल, ऊष्ण या कठोर पदार्थोंके सेवन करने, अधिक तीव्रतासे चिल्लाने या गानेके हेतु



होते हैं, और इनके अतिरिक्त समस्त मुख संबन्धी रोगोंका मूल कारण उदर या छातीमें होता है । अतएव प्रायः मुख रोगोंमें ग्रसित होना आमाशय संबन्धी रोगोंका संकेत है । अतः दांतोंका गिरना मसूड़ोंका फूलना या बालकोंको दांत निकलनेमें मुंह और उदरमें कष्ट होना, मुखमें छाले या फोड़े होना या स्वाद विगड़ा हुआ रहना, कण्ठ-नालीमें दाह होना, डकारें आना, जिह्वा या दातोंपर मैल जमा रहना, लारका बहना तथा हकलाना या कण्ठमाला आदिका प्रगट होना यह सभी आमाशय सम्बन्धी रोगोंपर अवलम्बित हैं । निदान् ऐसी दशाओंमें स्थानीय चिकित्साके अतिरिक्त आमाशय सम्बन्धी रोगोंकी चिकित्सा करनेके लिए ग्रीवाके साथ छाती और उदरपर ताप और बन्धन होने चाहियें ।

यदि मुखमें साधारण चोट आदिसे कष्ट होता है तो साधारण कोमल फलोंका आहार हो सकता है, किन्तु आमाशय सम्बन्धी रोगोंमें उ१ रोगोंके अनुसार होना चाहिये ।

सन् १९१५ ई० में एक वैद्या हमारी चिकित्सामें आयी । वह गान विद्यामें बहुत प्रख्यात थी । अतः उसकी वायु नालीमें दाहके कारण कण्ठमें पीडा होते हुएभी उसका गान सुननेवाले प्रेमी उसको गानेके लिए विवश करते थे, जिससे उसका रोग दिनोदिन उन्नतिको प्राप्त हो रहा था । इस लिए हमने उसे कण्ठको विश्राम देनेके निमित्त तत्क्षण उस व्यवसायको बन्द करने और ग्रीवापर दिनमें कई, कई बार रोगसे मुक्त होनेके समयतक दो, दो घण्टे ताप पहुंचानेकी सम्मति दी । किन्तु व्यवसाय छोड़ना उसके लिए एक अति कठिन समस्या थी । फलतः हमने उसको अपना विवाह करनेके लिए कहा, और यह बात उसकीभी समझमें आगयी । अतः उसने गान करना बन्द करके चिकित्सा आरम्भ की, जिससे प्रायः तीन सप्ताहमें उसका दुःख दूर होगया ।

अलीगढ़में सन् १९२० ई० के अन्तमें मसूड़ोंकी पीडासे पीड़ित एक रोगी हमारी चिकित्सामें आया । दाहके कारण उसका वाम कपोल बहुत सूज रहा था और दुःखके कारण आहार लेनेकोभी अशक्त था । अतः हमने उसको दिनमें कई, कई बार कई, कई घण्टे पर्यन्त गालपर ताप पहुंचानेकी सम्मति दी, जिससे तीन दिनोंके भीतर वह पीडासे मुक्त हो गया । किन्तु उसके मसूड़े प्रायः सूज जाया करते थे, इसलिए हमने उसको कुछ काल निरन्तर उदरपर ताप और प्राकृतिक आहार सेवन करने-

की सम्मति इस निमित्त दी कि मसूड़ोंकी पीड़ाका मूल कारण उदरका विकार था । परन्तु खेद है वह अपनी जिह्वाके चटोरपनसे हमारी शिंवापर न चल सका ।

सन् १९१६ ई० मे एक रोगी जालन्धरसे हमारी सम्मति लेनेके लिए आया । वह पायरिया अर्थात् दातोकी जड़ोसे पीप आनेके रोगमे बहुत कालसे ग्रसित था । किन्तु यवन होनेके कारण बहुत समयतक उससे मांसादि पदार्थोंका त्यागन न हो सका । परन्तु अन्तमें उसको रोगसे दुःखी हो हमारी सम्मतिके अनुसार उन समस्त दूषित पदार्थोंका त्यागन करके कई मास पर्यन्त प्राकृतिक आहारपर निर्वाह करना पडा । हमने उसको उस रोगसे मुक्त होनेके निमित्त ठोड़ीसे ग्रीवा पर्यन्त और उदरपर प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचानेकी सम्मति दी थी, जिसका वह पालन करके शीघ्र आरोग्य हो गया ।

बम्बईमें हमारे एक मित्रकी स्त्रीको सन् १९२३ ई० मे डेयू फीवर हो गया था, जिससे उसके दातोमें पीडा होगयी थी, और वह पीडा जानेभी न पायी थी कि अजीर्णसे उसके मुखमे छाले पड़गये । अतः हमने उसकी चिकित्सा अपने हाथमें ली और कोई एक सप्ताहतक प्रति दिन प्राय दो घण्टे पर्यन्त इस लिए स्वयं हाथसे उसकी ग्रीवा, छाती और उदरका ताप किया कि हमें अपनी चिकित्साका महत्त्व दिखाना था । परिणाम यह हुआ कि उसके छाले उसी सप्ताहमें चले गये; और कदाचित् वह पूर्ण पथ्यसे रहती तो तीन दिनसे अधिक छाले जानेमें न लगते । यद्यपि हमारी चिकित्सासे उसके छाले दूर हो गये थे तथापि उनके उत्पन्न होनेका मूल कारण उस समयतक उपस्थित था, और यह हमारी शक्तिसे बाहर था कि नित्य हम अपने हाथसे ताप पहुंचाते । क्यों कि हम मानसिक परिश्रम करने या सम्मति देनेके अतिरिक्त कोई ताप पहुंचाने सरीखा कडा काम करनेको असमर्थ थे । इसीसे चिकित्साके बन्द हो जानेके कारण कुछही समयमें अजीर्णके हेतु उसका शरीर फूलकर असाधारण भारी होने लगा, और उन दिनोंमें हम एक सेठकी स्त्रीकी चिकित्सार्थ आगरे चले गये थे । इस लिए उसने केवल हमारीही चिकित्सामे विश्वास रखनेके निमित्त किसी अन्य चिकित्सककी सम्मति नहीं ली । अतः अब हमारा विचार हुआ है कि उसकी पाचन क्रियाओको ठीक करने और फूले हुए विकृत शरीरको स्वच्छ करके घटानेके निमित्त उसके समस्त गात्रको नित्य प्रति टन द्वारा कई, कई घण्टे जल ताप पहुंचाने और पूर्ण प्राकृतिक आहारपर निर्वाह करने सम्मति दें,

और यथा शक्ति उसको लाभ पहुंचानेकी चेष्टा करें । क्योंकि हमने आज पर्यन्त ऐसी साध्वी स्त्री नहीं देखी । वह वास्तवमें दारिद्र्यतासे पीड़ित होते हुए भी हृदयसे उदार सिद्ध हुई ।

## धड़ सम्बन्धी रोग

### क्षयी रोग Consumption or phthisis.

**संसार**के प्रायःसभी चिकित्सकोने क्षयी रोगकी असाध्य रोगोंमें गणना की है, परन्तु वास्तवमें ऐसा नहीं है । हां, इतना अवश्य है कि इस रोगकी चिकित्सा करनेमें बड़े समय, पथ्य तथा सावधानीकी आवश्यकता है । क्षयीके हेतुभी उसी प्रकार तीक्ष्ण अपवित्र विषैले पदार्थोंका खाना, पीना, सूंघना, क्षयीके रोगियों या रोगी कुटुम्बोंसे सम्बन्ध रखना तथा अपने माता, पिताके दोष हो सकते हैं, जिस प्रकार अन्य रोगोंमें होते हैं । परन्तु क्षयी रोगके विसिली ( वीजाणु ) इतने कठोर जीवन्तके होते हैं कि उनके श्लेष्म आदि द्वारा शरीरसे बाहर आनेपर बिना सूर्य तापके सूखे नाश नहीं होता, जिससे उनके परमाणु श्वास द्वारा फुफ्फुस आदिमें पहुंचकर अपनी जाति वृद्धि और हमारे स्वस्थ जीवन कोषोंका नाश करना आरम्भ कर देते हैं, और फुफ्फुस खोखले होने लगते हैं । अतः क्षयी रोगियोंके साथ रहने वालोंको बड़ीही सावधानीसे रहना चाहिये । यों तो इस रोगका शरीरके किसी भागमेंभी होना चिन्तासे शून्य नहीं, परन्तु आमाशय अन्त्र या अस्थि आदिमें ट्यूबरक्यूलोसिसके विसिली पहुंचकर शीघ्रही भयंकर आकृति धारण करलेते हैं । क्षयीमें खासीकी अधिकतासे फुफ्फुसके स्वस्थ जीवन कोषोंपर इतना घर्षण होता है कि रक्त आने लगता है तथा शरीरमें भारी उपद्रव होनेसे यह विषैले विसिली बड़ी तीव्रताके साथ शरीरके अन्य भागोंमें पहुंच जाते हैं । यह रोग जिनके फुफ्फुस निबल हों या निबल आकृतिका गात्र हो तथा कण्ठमालाकी नीव पड़गयी हो या निरन्तर सर्दी अर्थात् जुकाम रहता हो; या क्लोमपाक ( निमोनिया ), श्वास, खांसी या उपदंश आदि अधिक रहता हो, बड़ीही सुगमतासे उनके शरीरमें स्थान पाजाता है । क्षयीके विसिली ( उन पशुओंके दूध या मांस जो क्षयी रोगोंमें ग्रसित हो ) दूध, मांस और गाड़ियोंके गद्दों आदिमेंभी क्षयीके रोगियोंसे रह जाते हैं, और फिर उनके संसर्गसे हमारे

शरीरमे पहुँच जाते हैं । अतः रोगीके कमरेको पानीके भीगे हुए पुचारेसे स्वच्छ करना चाहिये, जिससे क्षयीके परमाणु झाड़न द्वारा उड़कर श्वासके साथ भीतर न जावे, इसके अतिरिक्त रोगीके कपड़ोंको नित्य जलमें उवाल कर धूपमे यथेष्ट समयतक सुखाना चाहिये; क्योंकि धूपसे विसिली शीघ्र नष्ट हो जाते हैं । इसके आगे रोगीका मल-मूत्र तथा कफ आदि या तो बहुत दूर फेंकना चाहिये या अग्नि द्वारा नष्ट कर देना चाहिये । सारांश यह है कि रोगीको बड़ी स्वच्छतासे रहना चाहिये अर्थात् चारो ओरसे खुला हुआ स्वच्छ वायु तथा प्रकाशमे वर्षा, सर्दी तथा गर्मीसे सुरक्षित रखनेवाला कमरा हो और प्रत्येक समय स्वच्छ वस्त्र और भोजन आदि हो । कमरेकी खिडकियाँ किसी समय बन्द न की जावें । हा यदि ठण्डी पवन दुःखप्रद हो तो कमरेमे बिना धुएँके कोयलो या वाष्प द्वारा सदा गर्मा करनी-चाहिये और अधिकसे अधिक खिडकियोंमे पदें टागे जा सक्ते हैं । मुखसे भूल कर भी श्वास लेना या कोई परिश्रम करना अथवा अधिक भोजन करना सदा वर्जित है । क्षयी रोगमे जबतक रोगको भयङ्कर आकृति दूर न हो नित्य चौबीसो घण्टे रोगीको सर्वाङ्ग टबमें रखकर ताप पहुँचाना चाहिये । परन्तु जब रोग कुछ बशमे आजावे तो रोगकी अवस्थानुसार दो या एक बार दो, दो घण्टे शरीरको तप्त करके नित्य ऊष्ण धड बन्धनोका प्रयोग रोगके अन्त समयतक रहना चाहिये । प्रत्येक रात्रिको यदि रोगी टबमें न हो तो शरीरपर बन्धनका रहना परमावश्यक है । कभी, कभी सुहावनी अनुत्तेजक धूप और मन्द, मन्द पवनमें समुद्र तटपर अथवा हरियालीमे बैठना या टहलना बड़ाही हितकर है । यदि रोगीको कष्ट न जान पड़े तो बिना पवनके स्थानमें अनुत्तेजक शीतल ( ताजे ) जलसे स्नान करनाभी जीवन दाता है । शरीरके यदि किसी भागपर ट्यूबरक्यूलोसिसके फोड़े आदि निकल आवें तो दूरतकके स्थानपर घावोके अच्छे होने पर्यन्त जल ताप और मृत्तिका बन्धनका प्रयोग हो । रोगीको नित्य या दूसरे तीसरे अवस्थानुसार ऊष्ण या शीतल जलसे उचित तापके कमरेमे स्नान करना चाहिये, जिससे शरीरपर मैल न जमे । क्षयी रोगोंमे वैज्ञानिकोंका कहना है कि फेफड़े खोखले हो जाते हैं । अतः वह पूर्णतः काम नहीं कर सक्ते, इस लिए भारी श्वास लेनेकी आवश्यकता है । परन्तु हमारे अनुमानसे कृत्रिम श्वास क्रियाएं करना बड़ाही हानिप्रद है । क्योंकि ऐसा करनेसे क्षति पूर्ण फुफ्फुसकी सामर्थ्यसे अधिक काम करनेपर शक्तिया व्यय होती हैं, और इसीसे क्षति पूर्ण

फुफ्फुसकी क्षति पूरी न होनेके अनेक कारणोंमेंसे एक यह कारणभी है । इसके अतिरिक्त डाक्टरोंका यह कहनाभी निर्मूलही है कि फुफ्फुसकी क्षति पूर्ण नहीं की जासक्ती कारण यह कि यदि हमारे फुफ्फुसके जीवन-कोषोंके बीजाणु समूल नष्ट नहीं हुए हैं तो हमको पोषक और रसीले पदार्थ प्राप्त होते रहनेसे यह सम्भव नहीं कि हमारे जीवन-कोषोंकी वृद्धि होकर कभी क्षति पूर्ण नहीं । क्योंकि यह नित्य देखनेमें आता है कि हमारे शरीरमें बड़े, बड़े घाव होनेपरभी वह भर जाते हैं । हमारे बाल कटने पीछे फिर उसी सीमातक बढ़ जाते हैं जहांतक प्रकृतिका नियम है । हां, केवल इस बातका ध्यान रखना चाहिये कि आगेको जीवन-कोषोंकी विषैले जीवों द्वारा क्षति होना बन्द दो जाय, परन्तु इसमेंभी किसी औषधीकी आवश्यकता नहीं, क्योंकि विषैले जीव हलके होनेसे स्वयंही बाहर आते रहते हैं, जिससे उनके मारनेका यत्न करना व्यथा है । निदान ताप और बन्धनों द्वारा दूषित कीटोंसे जीवन-कोषोंमें दाह होकर, क्षति होना बन्द हो जाती है और उनकी रसीले फलों द्वारा शीघ्र जीवन-कोषोंकी वृद्धि होकर क्षति पूर्ण होने लगती हैं । क्षयी रोगमें यद्यपि हमारी चिकित्सासे दो, तीन सप्ताहमेंही आशाजनक विचित्र सफलता दीख पड़ती है । क्योंकि अनेक पीड़ाएं योंही दूर हो जाती हैं । परन्तु इसपरभी यह ऐसा दारुण रोग है कि प्रत्येक रोगीको तीन वर्ष पर्यन्त चिकित्सा करके पथ्यसे रहना चाहिये ।

भोजनके विषयमें बड़ीही सावधानीकी आवश्यकता है । क्योंकि प्रथम तो आमाशय और अन्त्रआदिमें घाव हो जाते हैं, जिससे रसीले पदार्थोंके अतिरिक्त अन्य कोईभी सुखकर नहीं हो सक्ते । अपरञ्च शरीरके प्रधान अवयवोंकी इतनी क्षति होने लगती है कि जबतक रसीले पदार्थ न मिलें वह क्षति पूर्णही नहीं हो सक्ती । अतः जबतक क्षयी रोगके लक्षण दूर न हो जावें केवल रसीले अनुत्तेजक फलोंका आहार होना चाहिये । किन्तु इसपरभी यदि पाचन क्रियामें कुछ गड़बड़ दीख पड़े तो दो, एक सप्ताहतक केवल फलोंके रसपरही रहना चाहिये ।

हमारी इस चिकित्सा तथा आहारसे यदि तीसरे सप्ताहतक कुछ लाभ अर्थात् खासीमें कमी पाचन में उन्नति या शरीर में कुछ चैतन्यता दीख पड़े तो उन रोगियोंको जो जीवनसे हाथ धो बैठे हो कभी निराश न होना चाहिये; क्यों कि यह स्वयं हमारे अनुभवमें आया है कि बड़े, बड़े रोगियोंकोभी समयके भीतर इस चिकित्सा द्वारा पूर्ण लाभ हुआ है ।

क्षयी या सग्रहणी आदि सरीखे रोगोंमें औषधियोंका प्रयोग या द्यूवरक्युलिज आदिके टीके रोगीपर कुछ कालके लिएही अपना चमत्कार दिखाते हैं, परन्तु अन्तमे रोगी मृत्युका लक्ष्य बने बिना नहीं रहता। अतः जो रोगी इस दुष्ट रोगमे फंस जावें उनको भूलकर वैज्ञानिकोंसे अपने शरीरपर अपकार न कराना चाहिये ।

सबसे पहिले सन् १९१४ ई० में हमको क्षयी रोगीकी चिकित्सा करनी पड़ी। परन्तु खेद है हम भरसक प्रयत्न करनेपरभी उसको आरोग्य करनेमे इस लिए सफल नहीं हुए कि रोग उस सीमाको पहुच गया था कि मृत्युके दिन बहुतही निकट थे। परन्तु उस रोगीकी चिकित्सासे हमको अपार लाभ हुआ। क्योंकि उसकी मृत्युके उपरान्तही हम क्षयी रोगकी खोजमें हाथ जोकर पड गये और बीसियों क्षयीसे पीडित रोगियोंके प्राणोंकी रक्षा करनेमें सफल हो सके। वह रोगी कौन था ? इसका उत्तर केवल इतनाही है कि वह हम सरीखे अभागोंको दारुण दुःख देनेवाली वही देवी थी, जिसके पवित्र प्रेमाने आज हमको इस योग्य बनाया कि हम संसारके सामने एक नूतन चिकित्सा विधि उपस्थित कर रहे हैं। उसने अपनी संसार यात्रा समाप्त करते हुए हमसे सदाको विछोहा होते समय हमें उदासीन देखकर केवल इतनाही कहा था “आपकी वही हालत हुई:—

“ मेरे दिलकी आजूने, मुझे खाकमें मिलाया,  
आखिरको हुआ वही, जो नसीबमें लिखा था । ”

इसमें कोई सन्देह नहीं कि उस देवीके कथनानुसार हमारी अभिलाषाओंने सदा हमारे जीवनोद्देश्यको कुचल देनेका प्रयत्न किया है। परन्तु हमको इसीमें सन्तोष और प्रसन्नता रही है कि हमको आपत्तियोंका स्वागत करनेका सौभाग्य प्राप्त रहा है। क्योंकि इससे दिनोदिन नूतन चिकित्साकी खोज और संसारके स्वार्थी मनुष्योंका अनुभव करनेमे हमारी रुचि बढ़तीही गयी।

एक रोगी सन् १९१५ ई० में हमारी सम्मति लेनेके निमित्त, जब हम बिजनौरमें रहते थे, आया। परन्तु वह हमारी आज्ञाका पालन इस लिए न कर सका कि वहापर डाक्टर कोहनीकी रीतिसे चिकित्सा करनेवाले एक अनुभव शून्य महाशयने उसको हमारे कथनानुसार रसीले अनुत्तेजक फलोंकी अपेक्षा गैहूँका दलिया और दूधादि सेवन करनेको विवश किया। अतः वह रोगी समयसे पूर्व मृत्युको प्राप्त

होगया, जिससे हमको अपनी छोकी मृत्युसेभी अधिक दुःख हुआ । क्योंकि यदि वह पथ्यसे रहता तो निस्सन्देह वह क्षयी रोगवश अपने जीवनसे हाथ न धोता ।

सन १९१४—१५ ई० के मध्यतक हमारी चिकित्सासे प्राय दस या ग्यारह क्षयीके रोगी आरोग्य हो चुके थे, किन्तु हमको किसीसे धनका लाभ नहीं हुआ था । इस लिए हमारा जीवन बहुतही दुःखसे कटने लगा । परन्तु उस समय हमको यह अनुभव हो गया कि जगत बड़ाही स्वार्थी है । अतः एक वैद्य महा-शय अपने पुत्र, और पुत्रीको हमारी चिकित्सार्थ लाये । उस समय उन दोनों बालकोंके रोगकी ऐसी दशा थी । कि अवश्य वह क्षयीके पञ्जेसे बच जाते । किन्तु उनके लोभी पिताने ५०००) रु० देने स्वीकार न किये, और हमभी न जाने क्यों उस समय ऐसे निर्दयी हो गये कि कहां तो हम किसीसे एक पैसाभी नहीं मांगते थे और कहा हमारी यह अड़ हो गयी कि या तो वह हमसे धर्मार्थ चिकित्सा कराना स्वीकार करे या ५०००) रु० भेट करे । परिणाम यह हुआ कि उनका पिता पुत्रको तो शोलन पर्वतपर चिकित्सा कराने लेगया और पुत्रीको घरपरही छोड़ गया । किन्तु वहा उसको इसके अतिरिक्त और कोई लाभ न हुआ कि उसके शरीरके बोज़में वृद्धि हो गयी थी और वह शरीरसे मोटा दीखने लगा था; प्रत्युत उसके एक हाथमें ट्यूबरकुलोसिसका फोड़ा हो गया था । अतः उसके पिताने ट्यूबरकुलोसिसको अच्छा न होते देखाकर कई मास उपरान्त हमको ५०००) रु० देना स्वीकार किया और उस समय ५००) रु० हमको भेटभी किये । किन्तु उस समय उसके पुत्रके रोगकी दशा बहुत बढ़ चुकी थी । वह केवल कांड लिवर आइल पीकरही फूला हुआ प्रतीत होता था । इसके अतिरिक्त उसकी माता बहुधा उसको चावलोके भाड़ द्वारा भुने हुए अर्थात् रस और जीवन हीन परमल सानेको देदिया करती थी, जिससे दिनोदिन वह दुर्बल होता चला गया, और सन् १९१६ ई० के मध्यमे मृत्युको प्राप्त हो गया । अतः हमको उसकी कुसमय मृत्युसे इस बातका बहुतही पश्चात्ताप है कि समयपर हमने उसकी चिकित्सा इस लिए नहीं, कि उसका कुपण पिता वन सम्पन्न होते हुएभी हमको ५०००) रु० देना नहीं चाहता था । उसके दिये हुए वह ५००) रु० हमको आज पर्यन्त खटक्ते हैं, और हमारी समझमें नहीं आता उस पापका प्रायश्चित किस प्रकार होगा ?

सन् १९१५ ई० के अन्तमे एक क्षयी रोग ग्रस्त पन्द्रह वर्षीय कन्याकी चिकित्सार्थ

हम लाहौर गये । वह देखनेमें बहुतही सुशीला थी और उसके आरोग्य होनेकीभी बहुत कुछ आशा थी । अतः हमने उसे प्रति दिन तीन बार दो घन्टे प्रातःके समय, एक घन्टा मध्याह्नमें और दो घन्टे रात्रिको ताप लेनेकी सम्मति दी, जिससे प्रथम सप्ताहमेंही वह, जोकि कुछ पगभी न चल सकती थी, तीन खण्डके घरसे विना किसीकी सहायताके नीचे उतरकर टागेमें बैठके टहलने जाने लगी, और प्रायः दो सप्ताहमें, जिस खासीसे वह व्याकुल थी उसका नामभी न रहा । परन्तु उसको चलने-फिरनेकी शक्तियोंका प्राप्त होनाही एक दुर्भाग्यका कारण था । क्योंकि इससे वह नीचे रसेई वाले घरमें पहुँचकर चोरीसे दूषित और तीक्ष्ण पदार्थ सेवन कर आती थी । निदान् जितना पन्द्रह दिनमें उसको चिकित्सासे लाभ होता था उस एक दिनके कुपथ्यसे उससे अधिक उसे हानि पहुँच जाती थी; और यही कारण था कि उसकी गयी हुई खासी दुबारा होगयी, और अन्तमें वह शैयाकेही आधीन होगयी । उससे हमने अनेक बार पथ्य करनेके लिए कहा, परन्तु उसकी मृत्युके दिन बहुतही निकट थे, अतः उसने हमारी एक न सुनी, अन्तमें हमनेभी दुःखी होकर उसकी चिकित्सा अपने हाथमें न रखी । उसकी चिकित्सा करनेमें हमको यह अनुभव अवश्य प्राप्त हुआ कि रसीले फलोके आहारसे ताप द्वारा कितनी शीघ्र खासी दूर होकर शक्तिया प्राप्त हो जाती हैं; अन्यथा उन दिनों हमारे समय और वनका बहुत बुरी रातसे व्यय हुआ । क्योंकि उस समय हमारी चिकित्सामें वहाँ केवल गिने चुने रोगीही थे । इसके अतिरिक्त फीस तो एक ओर रही लाहौर आने जानेका रेल भाड़ाभी हमको स्वयंही व्यय करना पड़ा ।

सन् १९१५ ई०में जब हम उक्त कन्याकी चिकित्सार्थ लाहौर गये हुए थे, उसी समय काश्मीर राज्यके प्रिंसका विवाह था । अतः उसके उत्सवमें सम्मिलित होनेको हमारे पिता हमारे लघु भ्राता सहित जम्मू जा रहे थे । किन्तु वह हमको दर्शन देनेके लिए मार्गमें लाहौर उतर पड़े थे । उस समय उनके दर्शनोंसे बड़ा लाभ यह हुआ कि हमने अपने भाईको क्षयासे पीडित होनेकी चेतावनी देते हुए उसकी ओरसे सावधान रहनेकी सम्मति दी । परन्तु हमारी इस भविष्यकी चेतावनीपर उस समय हमारा भले प्रकार हास्य बनाया गया । इसलिए हमनेभी आगेको स्वयं किसीसे अपनी चिकित्सामें आनेके विषयमें कहना त्याग दिया । क्योंकि जब हमारे



भाईनेही हमारी सम्मति स्वीकार न की तो अन्य कोन करता । परन्तु अन्तमें सत्यकी विजय होती है । अतः सन् १९१७ ई० में हमारे कथनानुसार क्षयी रोगके लक्षण प्रगट होने लगे और कई माससे निरन्तर हमारा भाई ज्वरसे पीड़ित रहने लगा । अतः वह हमसे दिल्ली आकर मिला और अपनी चिकित्सार्थ सम्मति देनेकी प्रार्थना की । अतएव उसकी सुविधाके निमित्त हमने उसको मृत्तिका धड़ बन्धनो द्वारा चौबीसो घण्टे ताप लेने और रसीले फल सेवन करनेकी आज्ञा दी, जिससे प्राय तीन मासमे वह पूर्ण आरोग्य हो गया; क्योंकि वास्तवमें उस समयतक उसको क्षयी रोग न हुआ था । हाँ, यदि उस समयभी उपेक्षासे काम लिया जाता तो निश्चय आपत्ति जनक परिणाम होता ।

सन् १९१८ ई० में जब हम सोमना जिले अलीगढ़में रहते थे, एक रोगी प्रभु राम शर्मा नामका हमारी चिकित्साकी शरणमें आया । परन्तु वह गाजियाबाद रेलवे स्टेशनपर प्वाइन्ट्स मेनके पदपर होने, और प्राय दो माससे रोगवश कामपर न जा सकनेके कारण धन हीन होनेसे हमारी सम्मतिके अनुसार उच्च कोटिके फलोंका आहार न ले सकता था; और उस समय हमारी आर्थिक दशाभी अच्छी न थी, क्योंकि वहाके सम्पति शाली मनुष्यभी हमसे धर्मार्थही चिकित्सा कराना जानते थे । इस लिए हमभी उसकी कोई सहायता करनेको असमर्थ थे; और वहाके रईसोंमेंभी कोई ऐसा धर्मात्मा न था, जिसका धन उसके प्राणोकी रक्षा करनेमे काम आता । अतः इससे हम बड़े असमझसमें पड़ गये । अन्ततः हमारा ध्यान गन्नेकी ओर गया । क्योंकि उस देशमें वही सबसे कम मूल्यमें प्राप्त होनेवाला और क्षयी रोगमें अति गुणदायक सिद्ध हुआ । उसको यह रोग इस प्रकार हुआ था कि उसे श्लेष्मज्वर ( इन्फ्ल्युएंजा ) होनेपर गाजियाबादके रेलवे डाक्टरने इस लिए छुट्टीपर नहीं लिया कि उस समय श्लेष्मज्वरके कारण स्टेशनपर कर्मचारियोंकी परिमाणतः बहुतही कमी थी । अतः ज्वरकी दशामे विश्रामके स्थानमें कड़ा कार्य करनेपर उसको निमोनिया होगया । परन्तु इस्ट इण्डिया कम्पनीके स्वार्थसे अन्धे डाक्टरने उस समयभी उसको सिक लीव ( छुट्टी ) पर न लिया । अन्तमें उसको क्षयी रोगने आवेरा, जिससे अशक्त हो डाक्टरने उसको सिक लीवपर लेलिया । परन्तु दो मास निरन्तर चिकित्सा होनेपरभी उसका रोग बढ़ताही गया । उसको खास्ते, सांस्ते चैन न पड़ता था, प्रत्युत मुंहसे रक्त आने लगता था, उसमे कुछ पग

चलनेकीभी सामर्थ्य न थी, प्रत्येक समय उसका शरीर ज्वरसे विकल रहता था, उसके मूत्रका रङ्ग प्रायः लालही प्रतीत होता था, उसकी क्षुधाका ज्ञान सर्वथा शिथिल हो गया था, और इसपरभी उसको इस व्याधिकोही नहीं प्रत्युत अपने कुटुंबके जीवन निर्वाहकीभी चिन्ता घेरे रहती थी । परन्तु सर्वोत्तम बात यह थी कि उसने हमारी सम्प्रतिको उच्च दृष्टिसे देखा और फेब्रुएरीसे हमारी चिकित्साका प्रारम्भ हुआ । हमने उसकी आर्थिक दशा ठीक न होनेके कारण उसको जलतापकी क्रियाओकी सम्प्रति नहीं दी, अन्यथा उसको बहुतही शीघ्र लाभ होता । हमने उसे केवल ऊष्ण मृत्तिकाके दिनमें दो बार ग्रीवा और धड बन्धन प्रयोग करनेकी आज्ञा दी । अतः वह नित्य प्रति प्रातःके समयके बन्धनोंको सायंकालतक शरीरपर रखता था और सायंकालके बांधे हुए प्रातःके समयतक रखता था, अर्थात् उसके शरीरपर प्रायः चौबीसों घन्टे बन्धनोका प्रयोग रहता था, जिससे उसको बहुतही सुख प्रतीत होता था । वह हमारी आज्ञानुसार प्रातःकालका बन्धन छः वजे करके कुछही दिनमें दो मील टहलने लगा । वह अपने फल बागसे स्वयं लाता था, और उस समय मन्द समीरमें चलना उसे अति सुहावना प्रतीत होता था । वह हमारी आज्ञानुसार खुले स्थानमें शयन करता था । कई मासतक उसका जीवन निर्वाह केवल ईखपरही रहा, इसके उपरान्त वह शहतूत सेवन करता रहा, और शहतूत या लोकाटभी न मिलनेपर वह उबला हुआ घिया [ लावा कदु ] या रसीले शाक और दूध लेता रहा । परन्तु जितने दिन उसने ईखपर निर्वाह किया उतने दिन उसका शरीर देखने योग्य था, वह एक ओरसे सुन्दर और रक्त मय प्रतीत होता था, और उसका समस्त गात्र मांससे भरगया था । डेढ़ मासके भीतर उसको देखकर कोई रोगी नहीं कह सकता था, उसकी क्षुधामें इतनी वृद्धि हो गयी थी कि वह धन उधार लेकरभी उसकी पूर्ति नहीं कर सकता था, उसकी खासी सर्वथा जाती रही थी और वह सदा मृदु और प्रसन्न रहता था । किन्तु प्रायः ढाई मास पर्यन्त उसका ज्वरने पीछा नहीं छोड़ा था । हा, उसके मूत्रका रङ्ग अवश्य श्वेत या कुछ पीत वर्णका हो गया था । इसके अतिरिक्त कई मास पर्यन्त उसके मुंहसे कभी, कभी रक्त जाता रहता था, जिससे प्रायः मनुष्य उसको हताश करनेके लिए उसके सन्मुखही उसके न बचनेकी बात कह दिया करते थे । परन्तु हमको उनकी यह बात भालेके समान प्रतीत होती थी । अन्तमें प्रायः आठ मासके उपरान्त वह पूर्ण आरोग्य होकर अपने काम-

पर चला गया, जिससे हमको बहुतही प्रसन्नता हुई; क्योंकि यद्यपि वह धनसे हमारी सेवा करनेको असमर्थ था, परन्तु वह हमारा हृदयसे भक्त था ।

सन् १९२१ ई० में ७ जूनको एक हरिप्रसाद नामका क्षयीका रोगी हमारी चिकित्सामें अपनी मृत्युसे २३ दिन पहिले दिल्ली आया । यद्यपि वह २१ वर्षीय नव युवक था तथापि थोड़ेही दिनमें उसको रोगने इतना जर्ण कर दिया था कि उसके शरीरमें केवल अस्थियांही रह गयी थी । परन्तु वह हमारी वर्तमान स्त्रीका बड़ा भाई था और हमसे इतना अधिक प्रेम करता था कि यदि उसके माता, पिता आदिभी हमारी खोटी किया करते तोभी वह हमसे कह देता था । इस लिए तथा अन्य कई कारणोवश वह हमको प्राणोसेभी अधिक प्रिय था । अतः हम उस समय उसके स्नेह वश ऐसे मूर्ख होगये थे कि हम यह जानते हुएभी कि उसके मृत्युके दिन बहुतही निकट हैं, उसको अपनी चिकित्सामें इस आशासे ले बैठे कि सम्भव है उसके प्राणोंकी रक्षा हो जाय । किन्तु हमारा यह अनुमान बुद्धिके विपरीत था, क्योंकि उसके शरीरसे जीवन शक्तियोंका इति हो चुका था, और वह अपनी मृत्युके दिन पूरे कर रहा था । हां, हमारी जल तापकी चिकित्सा, पूर्ण विश्राम और अनारके सेवन द्वारा उसको इतना लाभ अवश्य हुआ था कि एक वर्षसे निरन्तर जो उसको मूत्र त्यागनके समय असह्य वेदना युक्त दाह होती थी उसका दस दिनके उपरान्त सदाको अन्त हो गया और उसके शरीरके तापमें असाधारण न्यूनता हो गयी, जिससे मूत्रका वर्णभी श्वेत प्रतीत होता था । इसीसे उसने एक दिन अपने पितासे कहा था कि वह अब घर जाकर जिर्मीदारीका प्रबन्ध करें, क्योंकि उसका रोग बीसमें केवल पांच शेष रहा है और पन्द्रह दूर हो गया है । उसको वह रोग इस प्रकार हुआ था कि बाल्य कालमें उसको किसी कुत्तेने काटा था और उसकी चिकित्सार्थ किसी मूर्खने ऐसी तीक्ष्ण औषधी दी थी, जिससे उसकी छाती, उदर और मूत्राशयमें असह्य वेदनायुक्त दाह हो गयी थी, प्रत्युत उसकी मूत्र नालीसे मूत्र त्यागन करते समय मांसके छीचड़ेभी निकले थे । अतः उसी समयसे उसके शरीरमें क्षणता वृद्धि को प्राप्त हो गयी थी । सन् १९१८ और १९ ई० में उसकी छातीमेंभी कभी, कभी वाम ओर पीडा जान पड़ती थी । इसके अतिरिक्त वह सदा कोष्ठ-वद्ध और शिर पीडासे पीड़ित रहता था । अन्ततः सन् १९२० ई० में उसके मूत्राशयमें दाह और वेदना निरन्तर निवास करने लगी । परन्तु मूर्ख चिकित्सक

उस रोगको मूत्र-कृच्छ्रका निदान करके उसीके अनुसार चिकित्सा करके उसके रोगकी वृद्धिका कारण हुए । हमने उसे मिलनेपर कई बार समझाया कि वह मूत्र-कृच्छ्र नहीं है, प्रत्युत वृक्क और फुफ्फुस रोग तथा अन्त्रादिमें ट्यूबरक्यूलोसिस उपस्थित रहनेका कारण है । परन्तु वह हमारी चिकित्सामें बहुत कुछ विश्वास रखते हुएभी कटा करता था कि मृत्युकी गोदमें शयन करना स्वीकार है, किन्तु इस बार पिताकी आज्ञाका उल्लंघन न होगा, और उसके पिताको हममें या हमारी चिकित्सामें किञ्चित् मात्र विश्वास न था । इसीसे जब वह अपनी मृत्युसे तीन मास पूर्व हमसे दिल्ली मिलने आया था, तो अपने पिताके भयसे हमारे बहुत कुछ कहनेपरभी अपनी चिकित्सार्थ न ठहर सका । अतः हमको उसके पिताकी उपेक्षासे उसकी कुसमय मृत्युका आजन्म दुःख रहेगा । क्योंकि हमको अपने जीवनमें ऐसा सच्चा मित्र नहीं मिल सकता ।

सोमना जिले अलीगढमें एक क्षयिका रोगी फीरोजपुरसे सन् १९१८ ई० में अपनी चिकित्सा कराने आया था । वह कुछ पगभी बड़ी कठिनाईसे चल सकता था । उसके शरीरका ताप उन दिनों प्राय १०३° रहता था । खांसीभी उसे बहुत दुःखी करती थी, श्वेद प्रायः माथे और छातीपरही प्रगट होता था, मूत्रका रङ्ग अधिकांश लालही रहता था, छातीपर समस्त पस्तिया गिननेमें आती थीं, क्षुधाका ज्ञान बहुतही कम होता था, माथेमें प्राय पीड़ा रहा करती थी, नासिकाके नयने सदा शुष्क रहा करते थे, समस्त शरीरमें हड्कल रहती थी, और दुबलेपनसे ग्रीवा बहुत लम्बी प्रतीत होती थी; किन्तु इसपरभी लक्षणोसे प्रगट होता था कि वह निश्चय उस रोगसे मुक्त होगा । अतः हमने उसको प्रति दिन तीन बार दो, दो घण्टे जल ताप लेने और प्रति ताप लेनेके उपरान्त दूसरे ताप लेनेके समय तक ऊष्ण मृत्तिकाके ग्रीवा और धड बन्धनोका प्रयोग करने और कुछ मास पर्यन्त केवल अनार या गन्नेका आहार लेनेकी सम्मति दी । अतः उसने उसका पालन करना आरम्भ किया और पहिले सप्ताहमेंही उसको कुछ लाभ प्रतीत हुआ । क्योंकि उसकी खांसी पहिलेके समान दुःखप्रद न रही थी, उसका श्लेष्म पतला हो गया था, और उसमें कुछ चैतन्यताका सञ्चार हो गया था । परन्तु सोमनामें उसको निवासार्थ कोई अनुकूल स्थान नहीं मिल सका । अतः उसको दस दिन उपरान्त वहासे फीरोजपुर जाना पड़ा । उसने हमसे विदा होते समय ५० रु० हमारी भेंट किये थे और फीरोजपुरसेभी

कभी, कभी अपनी सामर्थ्यानुकूल कुछ भेजता रहता था । वास्तवमें वही एक मात्र रोगी हमको ऐसा मिला था जो अपनी शक्त्यानुसार बिना मागे हमारी धनसे सेवा करता रहा, अन्यथा हमको आज पर्यन्त प्राय सभी ऐसे अन्धे मिले जिन्होंने एक पाईभी हमारी भेंट इस लिए नहीं की कि हमको भिक्षुक बनकर मागनेका साहस न था और वह बिना मागे देना सीखेही नहीं थे । इस लिए हम अपना मन निम्न प्रकारकी पंक्तियोंको पढ़कर बहला लिया करते थे:—

मांगेंगे कहा हम उनसे, देके जीवन दान ?

जो नित शीकत हैं हमसे, खोके अपना मान ।

देवेंगे कहा वह हमको, होके यों धनवान ?

जो नित रोवत हैं धनको, देके अपना प्रान ।

इच्छा नहीं है 'कर्नल' मनकी, जो हों हम धनवान,

पाप कमायी लेके उनकी, जो हों नीच महान ।

और अन्तमें दुष्टोंकी ओरसे सन्तोष करके आपत्तियोंके स्वागतको प्रस्तुत रहते थे ।

वह रोगी फ़ीरोज़पुर पहुंचकर निरन्तर डेढ़ वर्षतक हमारी आज्ञानुसार चिकित्सा करता रहा । प्राय दो मानसे पूर्वही उसकी खांसी जाती रही थी, किन्तु ज्वरने वृद्ध कठिनतासे आठ मासमे पीछा छोड़ा । यद्यपि उसकी क्षुधाने बहुत कुछ वृद्धि हो गयी थी, और कुछ मासके उपरान्त उसमें बलभी अच्छा आगया था, परन्तु उनका शरीर प्रभुराम शर्माके समान इस लिए सुन्दर नहीं हुआ कि वह प्रौढ़ावस्थाको प्राप्त हो गया था, और वह एक नव युवक था । कुछ मास उपरान्त उसके समस्त शरीरमें श्वेद प्रगट होने लगा, उसकी शिर पीड़ाभी धीरे, धीरे दो मासमे गिरा होली, प्राय पांच मासमे उसकी समस्त पस्तिया माससे टक गयीं और वह उन समय सुगमता पूर्वक दो मील चल सकता था । परन्तु हमको इस बातका आश्चर्य तो है कि उसने रोगने सुप्त होकर हमारे कथनानुसार तीन वर्षतक मन्मथि शाला होने हुएनी चिकित्सा और पथ्यका फल नहीं रक्खा अन्यथा उसे अपार लाभ होता ।

करनेमें बहुतही रुचि थी । अतः वह एक योरोपियन होते हुएभी प्रायः प्रत्युत्त नित्य प्रति उसके घर जाया करता था । किन्तु वह भरसक प्रयत्न करते हुएभी सफल न हुआ । इसीसे उसका कहना था कि वह मृत्युसे युद्ध करता है । हां, उसकी चिकित्साके प्रारम्भिक कालमें रोगी निस्सन्देह फूलकर देखनेवालोंको पहिलेकी अपेक्षा कहीं अधिक शक्तिशाली प्रतीत होता था, किन्तु तीसरे वर्षमें मेजर डाक्टरकी चिकित्सा उसके मोटेपनको स्थायी न रख सकी । इसीसे उसकी समस्त अस्थिरा दृष्टिगोचर होने लगी, और अन्तमें उसे गैयात्री दासत्व स्वीकार करनी पड़ी, और वह बहुत अंशोंमें अपने जीवनसे हताश होलिया । किन्तु उसके एक मित्रने, जो कि श्वास रोगसे पीड़ित होकर हमारी चिकित्सामें रह चुका था, उसपर हमारी चिकित्सा विधिका प्रयोग किया और आशासे अधिक लाभ होने लगा । वह कुछही दिवसमें कई मील चलने योग्य होगया, किन्तु उनमेंसे किसीको यह ज्ञान नहीं था कि हम उन दिनों कहा थे, इस लिए कभी, कभी डा० कोहनी या अन्य जल चिकित्सकोंके अनुयायी उसको भ्रममें डाल जाते थे । अतः वह उनकी चिकित्सा करने लगता था । इस क्रमसे कभी हमारी और कभी किसी अन्य चिकित्सकोंकी चिकित्सा तथा चिकित्साका कुछ अंश हमारी विधिका और कुछ अन्य चिकित्सकोंका प्रयोगमें लाया जाने लगा । अतः रोगी एक वखड़ेमें पड़गया । उसकी चिकित्सा एक पचमेल खिचड़ी हो गयी । अन्तमें सन् १९२१ ई० के मध्यमें वह हमसे दिल्ली मिलने आया । हमने प्रातः और सायंक के समय दो, दो घण्टे धडको ताप देने और बन्धनोका प्रयोग एवं रसीले फलोका सेवन करनेकी सम्मति दी । परन्तु वह पचमेल चिकित्सामें पड़गया था । इसलिए हमारी चिकित्साका पूर्णरूपेण पालन न कर सका । हां, इतना अवश्य है कि वह हमारी चिकित्साके विषयमें कहा करता था—“तमाम इलाजोंसे यह फाँके कशीका इलाज मुझे बरतर और मुफ़ीद साबित हुआ है । लेकिन फलोंपर ऐयामे गुजारी करना मेरे लिए बहुत मुश्किल है । ” उसने हमारी चिकित्साकी प्रशंसा करते हुएभी उसके माये ‘ फाँके कशी ’ का कलङ्क लगाही दिया । कदाचित् इसका यही कारण है, कि वह एक साधारण रेल्वे टिकिट कलेक्टरका पुत्र था, और धनाभावसे पूर्णरूपेण रसीले फलोंकी यथेष्ट मात्रा प्राप्त करनेकी असमर्थ था । हमने उसकी ओर अधिक दृष्टि इस लिए नहीं रखी कि वह एकही समयमें कई नौकाओपर यात्रा

करना चाहता था । इसीसे हमको यह ज्ञान नहीं हुआ कि अन्तमें उसका क्या परिणाम हुआ । परन्तु एक बार इतना सुना था कि वह रसीले फलोंकी बहुत प्रशंसा करता है ।

प्रायः सन् १९१९ ई० में हमारे निकट एक क्षयीसे पीड़ित रोगी आया वह शरीरका अति दुर्बल था, और उसकी छातीमें ट्यूबरक्लोसिसके फोड़े एवं ग्रीवामें कण्ठमालाके घाव थे । वह आयुमें वृद्ध और धनसे हीन था । इसके अतिरिक्त उसके शरीरमें उस रोगने बहुत दिनोंसे घर बना रक्खा था । अतः बुद्धि यह बतानेको असमर्थ थी कि उसकी चिकित्सा किस प्रकार की जाय ? किन्तु एक दिन उसके भाग्यसे अनायास हमको एक स्थानसे १००] ६० प्राप्त हुए, और हमने उनकी अपनी भार्याकोभी सूचना न देकर उसके आहार और चिकित्साका प्रबन्ध कर दिया । हमने उसको प्रायः एक मासतक निरन्तर स्टोवके ऊपर रक्खे हुए ऊष्ण जलसे भरे हुए टबमें रक्खा, केवल शौचादि क्रियाओंसे निवृत्त होनेके लिए उसको टबसे बाहर निकलनेकी आज्ञा थी, अन्यथा दिन और रात प्रत्येक समय वह टबमेंही रहता था । इसके उपरान्त दिनमें तीन, तीन बार दो, दो घण्टे उसको ताप पहुंचाकर उसके शरीरपर धड़ और ग्रीवा बन्धनोंका प्रयोग कोई आठ मासतक रक्खा गया । उसके दांत भले प्रकार काम कर सकते थे, इस लिए हमने सबसे सुलभ और बहुत अंशमें लाभप्रद आहार गन्नेको समझकर उसेही प्रायः दस मासतक दिया । उसकी स्त्री हमारी आज्ञाओंका पालन करनेमें बहुतही दत्त चित्त रहती थी । अतः पहिले मासमेंही उसकी खासी जाती रही, वह चैतन्य प्रतीत होने लगा, ट्यूबरक्लोसिसके घावोंका सूजनभी बहुत कम हो गया, कण्ठमालाका वृद्धिको प्राप्त होना बन्द हो गया और घाव भरने आरम्भ हो गये, क्षुधाका ज्ञान वृद्धिको प्राप्त होने लगा, अन्न और आमाशय नियमित रूपसे कार्य करने लगे, मुखका स्वाद पहिलेकी अपेक्षा बहुत सुधर गया, श्लेष्मका त्यागन सुगमता पूर्वक होने लगा, और मूत्रका रङ्ग फीका पड़ गया । दूसरेसे चौथे मासतक उसके समस्त घाव लुप्त हो गये, और वह दो, ढाई मील सरलतासे चलने लगा । छठे मासतक उसका ज्वरसेभी पीछा छूट गया; और इस प्रकार दस मासमें वह पूर्ण आरोग्य होगया । परन्तु खेद है वह १००] ६० आठ मासमेंही समाप्त हो चुके थे, अन्यथा हमारी सम्मति थी कि न्यूनाति न्यून डेढ़ वर्ष पर्यन्त उसका आहार रसीले फलोपरही रहता । उसके ट्यूबरक्लोसिसके घावोंके आरोग्य होनेका एक मात्र यही कारण था कि हमने उ

पहुंचाने, उनपर बन्धनोंका प्रयोग होने और उनको कभी न सूखने देनेका भरसक प्रयत्न रक्खा था, अन्यथा ट्यूबरकुलोसिस और कण्ठमालाके घावोंका अच्छा होना बहुतही कठिन प्रत्युत कभी, कभी असम्भव होता है ।

सन् १९२३ ई० के अन्तमें अन्वेरी ( बम्बई ) के स्थानपर एक सेठजीने हमसे एक क्षयिके रोगीके विषयमें सम्मति चाही थी । परन्तु उनके कहनेसे यह प्रतीत होता था कि उस रोगीका रोग बहुतही विकाल रूप धारण कर गया है, इसलिए हमने उसको एक बार देखनाही उचित समझा । अतः नोवेम्बरमें हम उन सेठजी के साथ उस रोगीको देखने आगरे गये । वह क्षयिके रोगसे पीडित एक दूसरे सेठकी स्त्री थी । वह प्रायः दो वर्षसे अनेक रोगोंमें ग्रसित थी । पहिले उसको प्रसवपीडाके एक मास पश्चात् ज्वर हुआ था और उसके दो मास उपरान्त मोती झरा प्रगट हुआ । मोती-झरेसे मुक्त होनेपर अतिसार एवं मेरु दण्डमें पीडाका प्रारम्भ हुआ । डाक्टरोंकी चिकित्सासे अतिसारसे तो पीछा छूट गया, किन्तु अजीर्ण और मेरु दण्डकी पीडामें कोई न्यूनता न हुई और ज्वरभी वृद्धिको प्राप्त हो गया । अतः एक डाक्टरकी सम्मतिके अनुसार मेरु दण्ड सम्बन्धी अस्थियोंका एकसरेज द्वारा फोटो लिया गया, जिससे ज्ञात हुआ कि मेरु दण्डकी एक अस्थिका सडना एवं गलना आरम्भ हो गया है । अतः एक योग्य डाक्टरने उसे आगरेसे पांच मील एक स्वच्छ स्थानपर रक्खा और उसको प्रायः सात मासतक तख्तपर सीधा लिटाकर बालूसे भरी हुई थैलियों द्वारा बोझ डाल उसे ऐसा कर दिया कि वह किसी ओरको कर्वट न ले सके । इस प्रयोगसे उसकी कमरकी उभरी हुई अस्थिया सीधी हो गयीं, शरीरभी औषधियोंकी कृपासे पहिलेकी अपेक्षा बहुत फूला हुआ प्रतीत होने लगा । परन्तु ज्वरके ताप और अजीर्णमें कोई न्यूनता न हुई, प्रत्युत खासीकी व्याधि और पीछे लग गयी । इसके अतिरिक्त उसका उदरभी बहुत उभरा हुआ, और रसोलियोंसे पूर्ण था । किन्तु नोवेम्बरमें जब हमने उसे देखा था तो उसकी दशा फिरभी बहुत कुछ अच्छी थी और खासीभी अधीक न थी । उसको देखनेके उपरान्त हम फिर बम्बई लौट गये और हमारी चिकित्साका प्रारम्भ इस लिए नहीं हुआ कि उसका पति उस समय बम्बईमें था । अतएव बम्बई लौटनेपर उसके पतिसे बात चीत हुई, और उसने हमसे पुनः आगरे चलनेके लिए प्रार्थना की । किन्तु ' प्राकृतिक विज्ञान ' का उस समय मुद्रण हो रहा था, इस लिए हमारा



बम्बईसे एक दिनको जानाभी बहुत क्षतिका हेतु था । परन्तु इसपरभी हम प्रसन्नता-पूर्वक एक सप्ताहके लिए आगरे जानेको प्रस्तुत हो गये । इसपर उसने एक सप्ताहके लिए और आग्रह किया । अतः हमने पन्द्रह दिनके लिए आगरा जाना स्वीकार कर लिया; और हम पहिली जेन्वेरी सन् १९२४ ई० को बम्बईसे प्रस्थान करके अगले दिन आगरे और वहासे पांच मील रोगीके रहनेके स्थानपर पहुंच गये, और तीसरी जेन्वेरीको सायंकालसेही रोगीकी चिकित्साका प्रारम्भ हुआ, क्योंकि उसका रोग दिनोदिन बढ़ रहा था और वह खासी एवं पीड़ासे विकल थी । इसके उपरान्त हम अपनी स्त्री और बालिकाको लेने अपनी सुसराल चले गये, जहांसे हम ग्यारह जेन्वेरीको लौटे । हमारे लौटनेपर उसकी खासी बहुत कुछ कम हो गयी थी, और उसका करारहना सर्वथा वन्द हो गया था । अतः हमारे अनुमानसे यह बहुत कुछ आरोग्य होनेके लक्षण थे । किन्तु वह महिला इतनी कृतज्ञ थी कि उसने कभी मुखसे अपना अच्छा होना स्वीकार न किया । चिकित्साके तीन सप्ताहके उपरान्त उसके ज्वरके तापमेभी कुछ न्यूनता होनी आरम्भ हो गयी और धीरे, धीरे वह कुछ उठने, बैठने और चलनेकोभी समर्थ हुई । परन्तु अनायास एक दिन उसके पतिको आगरेके बाजारमें उन डाक्टर महाशयसे साक्षात् हो गया, जिन्होंने प्रायः या सात मासतक उसकी निरर्थक चिकित्सा की थी । अतएव उसके पतिने लज्जावश अथवा हमारी परीक्षार्थ उन डाक्टर महाशयको एक दिन उसे देखनेके लिए बुलाया । अब क्या था एकैक आकाश टूट पड़ा । डाक्टर महाशयने आतेही रोगीके पहिलेकी अपेक्षा अधोगतिको प्राप्त होने तथा निराशाजनक बातें कही और गोल, गोल शब्दोंमें हमारी चिकित्सा विधिपरभी अनेक आक्षेप किये, जिसका तत्क्षण उसपर ऐसा बुरा प्रभाव हुआ कि दोही चार दिनमें वह शैयासे उठनेकोभी असमर्थ हो गयी और उसके शरीरका तापभी मास्तिष्कसे अधिक परिश्रम लिये जानेके कारण वृद्धिको प्राप्त होगया । अतः हमने उसका विश्वास उन्हीं डाक्टर महाशयमें जानकर उसके पतिको उन्हींकी चिकित्सा करनेके लिए कहा । क्योंकि हम वृथा अपने माये अपयश लेना नहीं चाहते थे, और हम 'प्राकृतिक विज्ञान' के सूत्रके निमित्त अपना पीछा छुटाकर बम्बई जाना चाहते थे। किन्तु उसके पतिके ज्येष्ठ भ्राता हमारी इन निराशा पूर्ण बातोंको सुनकर रुदन करने लगे, और हमको उनपर दया आगयी । इसलिए एक बार हमने पुनः परिश्रम किया

और इस भयसे कि रोगी दुर्बल न हो जाय, क्योंकि वह क्षुधाके अनुकूल फल सेवन नहीं करती थी, उसे बकरीका दूध और फल देना आरम्भ करदिये, जिसका फल यह हुआ कि प्रायः डेढ़ मासमें वह फिर उठने, बैठने एवं धीरे, धीरे चलने लगी, और दिनोदिन उसकी अवस्था उन्नतिको प्राप्त होती गयी । उसको खासीका लेशभी न रहा, पाचन शक्ति भले प्रकार काम करने लगी, निद्रामेंभी कोई कमी न रही, उदरका फूलापन जाता रहा, और रक्त एवं मासको वृद्धि और ज्वरसे मुक्त होनेके कारण उसमें समस्त अस्थियां लुप्त होगयीं । केवल उदरमें कुछ रसोलिया शेष रही थीं, और मेरूदण्डको दवानेसे कुछ पीडा भी होती थी । इसपरभी वह किसीसे अपना आरोग्य होना स्वीकार न करती थी, और यदि कभी कुछ हृदयमें उदारता होतीभी तो केवल इतनाही कहना जानती थी—“स्वयंमे दो आनेभर लाभ है ।” परन्तु फिरभी हमको यह देखकर सन्तोष होता था कि हमारा परिश्रम निष्फल नहीं गया, और जितनी बड़ी शक्ति प्राप्त करती जाती थी उतनेही हम प्रसन्न होते थे । हा, केवल इतनी चिन्ता प्रत्येक समय हमारे हृदयको दग्ध करती रहती थी कि ‘प्राकृतिक विज्ञान’ के मुद्रणमें बहुत विलम्ब हो रहा है । अतः इस चिन्तासे हम बहुतही विकल थे । इस लिए यथा शक्ति एप्रिलके अन्ततक हम बम्बई चला जाना चाहते थे, किन्तु एप्रिल मासमें हमारी बालिकाके सहारनपुरमें चेचक निकल आनेसे हम उसकी चिकित्साय और उसके लेने वहां चले गये और वह (रोगी) हमारे पीछे गिना हमारी आज्ञाके आगे चली आयी । किन्तु उस समय वह बहुत कुछ चलने और कई खण्डके घरपर बिना किसीकी सहायताके चढ़ने योग्य हो गयी थी । परन्तु ग्रीष्म ऋतुका मध्य और आगरेकी अपवित्र वायु होनेसे हमने उसका वहाका निवास उचित नहीं समझा; इस लिए उन्तीस मेयको हम उसके निमित्त बम्बईमें समुद्र तटपर निवास करनेके हेतु इच्छानुकूल घर देखनेके लिए आगरेसे चल कर इक्तीस मेय को बम्बई पहुंच गये । परन्तु आगरेसे चलते समय हमको इस बातका बहुत दुःख हुआ कि बम्बईसे तो हमको सेकिण्ड हासमे ले जाया गया था और उवरसे रेलका भाडाभी नहीं दिया गया । इसमें कोई सन्देह नहीं कि उसके पनि ने हमारे साथ बड़ा उपकार किया । क्योंकि हमको उससे अमूल्य पाठ मिला और आगरेमेंभी हमको कुछ वस्त्रादि नवाये गये । इसके अतिरिक्त हमको कुछ रुपयाभी दियाही गया है । परन्तु वह ऐसेही है जैसे

खंडकी डाढ़को जीरा । क्योंकि यदि हम कमसे कम पच्चीस रुपये प्रति दिनभी लेते तो कई सहस्र रुपये होते । अच्छा हमें इस बातकी कोई चिन्ता नहीं है । क्योंकि यह हमाराही अपराध है कि हम अपनी चिकित्साका महत्व दिखानेके निमित्त इस आशापर कि उसका पति एक भारी सेठ है, इस लिए न्यूनाति न्यून पांच सहस्र रुपया तो भेट करेगाही, बिना कुछ अगाऊ लियेही आगे गये और पन्द्रह दिनके स्थानमे पांच मास रहे । अतः यह दण्ड हमारे लिए उचितही था; प्रत्युत इससेभी कड़ा दण्ड मिलता तो अच्छा था, क्योंकि हमने केवल एक रोगीके कारण, 'प्राकृतिक विज्ञान' के मुद्रणमे विलम्ब करके अन्य अनेक रोगियोंको पांच मास पूर्व लाभ प्राप्त करनेसे वञ्चित रखनेका महा अपराध किया है । किन्तु कुछभी हो हमने एक बार यह अवश्य दिखा दिया कि ऐसे रोगीभी पूर्ण आरोग्य हो सकते हैं जो आठ मासतक कर्बटभी न ले सकते थे । जिस समय हम यह विवरण लिख रहे हैं, उससे तीन दिन पहिले अर्थात् २२ जूनके सायंकालको वह आगेसे बम्बई पहुंच कर तीसरे खण्डके भवनमे बिना किसीकी सहायताके सुगमतासे चढ़ गयी थी, और आशा है 'प्राकृतिक विज्ञान' के प्रकाशन समयतक वह कई मील चलने योग्य हो जावेगी, और अभी जो उसके मेरू दण्डकी सहायतार्थ ब्रेस लगा रक्खी है वहभी दूर हो जावेगी । अतः हमारे लिए यही सबसे अधिक प्रसन्नताका कारण है कि हमारे हाथसे एक ऐसे रोगीको लाभ पहुंचा, और इसीसे यदि उससे हमको कुछ धनका लाभ न हो तो कोई चिन्ता नहीं है । इसके अतिरिक्त हमको देनेवाले समय आनेपर बहुत हो जावेंगे । इस समय यदि दुर्भाग्यसे कोई हमारी भेट कुछ नहीं करना चाहता है तो हमभी भिक्षुकके समान उसके सन्मुख कर फैलाकर धनकी याचना करना नहीं चाहते । क्योंकि हमारा सदासे यही सिद्धान्त रहा है:—

बदनसीबी है खड़ी जो, आज होकर रोबरू,  
क्या जलालत हम उठाये, उनके जाकर रोबरू ?  
है बजिद यह क्या जमाना, हम करें उनसे सवाल ?  
हम न मांगेंगे हशरतक, उनके जाकर रोबरू !  
वह तो क्या उस कादिर, कैयूमसेभी हम कभी,  
क्या कहेंगे—हमको कुछदो—उसके जाकर रोबरू ?

खुब निकला सुफ्तमे जब, उनका मतलब हमसे यो,  
 क्या करेंगे फिर वह हज़रत, आज आकर रोवरू ?  
 जां चुराते हैं जो हमसे, आज सुरत देखकर,  
 क्या कहेगे हमसे ' कर्नल, ' कलको होकर रोवरू ?

किन्तु इन घटनाओंसे हमको बहुत कुछ पाठ मिल गया है । इसलिए आगेको यदि हम अपनी चिकित्साका प्रचार करना चाहते हैं तो हमको स्पष्ट व्यवहार रखनेकी आवश्यकता है । क्योंकि इस जगतमे विना मागे देनेवाले विरले पुरुषही निकलेगे, और विना धनके किसी विद्याकी उन्नति नहीं हो सकती । इसीसे धनाभावके कारण हम अनेक आवश्यक पुस्तकोंका अवलोकन और बहुतसे अनुभव प्राप्त करनेसे वञ्चित रह जाते हैं । परन्तु इसपरभी हमारा सन्तुष्ट और शान्त रहनेका स्वभाव नहीं जाता, हम अनेक कष्टोंके होते हुएभी मौनही रहना सीखे हैं, और कदाचित हम अपने इन दुःखोंकी गाथाका यहा कभीभी कथन नहीं करते यदि आगरेसे चलते समय हमको कमसे कम हमारी भेंट आदि नहीं तो रेलका भाडा तो दे दिया जाता, और इतना होते हुएभी हमने बहुतही सक्षेपसे और अनेक क्लेशोंका कथन न करते हुए लिखा है । क्योंकि इस दुःखको हम उस समय इसलिए सहन करनेको असमर्थ थे कि हमसे पहिले चिकित्सा करनेवाले डाक्टरकी चिकित्सामे कई सहज रुपया व्यय हो चुका था, और हम प्रत्यक्ष इस बातका अनुभव करके कि यह आवश्यकतासे अधिक स्वार्थ है, मनुष्यत्वके विपरीत है और हमारे साथ घोर अन्याय है विना लिखे न रह सके । नि सन्देह उसकी ओरसे हमारे दुःखी हृदयपर आघात हुआ है । परन्तु फिरभी यदि वह हमारी आज्ञानुसार तीन वर्ष पर्यन्त पथ्यसे रहकर चिकित्सा करेगी तो हमको इतनी प्रसन्नता होगी, जितनी दस सहज रुपये प्राप्त करनेसेभी नहीं हो सकती । -

एक रोगी सन् १९१९ ई० में हमारे वर्तमान श्वसुरसे मिलने उनके बागमे आया । वह एक होनहार नवयुवक था और खुर्जें जिले बुलन्दशहरमे सुल्तारीका व्यवसाय करता था । वह देखनेमे क्षयी पीडित रोगी न जान पडता था, और बहुतही भोला प्रतीत होता था । परन्तु अभाग्यवश क्षयी सरीखे दुष्ट रोगने उसकी मृत्युका मार्ग सर्व प्रकारेण निष्कण्टक कर दिया था । इसीसे हमने अपने प्रिय साले श्री हरि प्रसाद जीको, जो कि स्वयं सन् १९२१ ई० में क्षयीसे पीडित होकर तीस

जूनको सायंक के समय सदाको मृत्यु देवीकी गोदमें चले गये, उस रोगीके समीप, उसके सक्रामक दुष्ट रोगके भयसे, न बैठनेके लिए कहा था, और उससे अपनी चिकित्साके विषयमें इस सन्देशसे नहीं कहा कि बहुत सम्भव है वह उसे स्वीकार न करे । परन्तु अपने श्वसुर द्वारा हमने उससे उस रोगसे सावधान रहने एवं ध्यान पूर्वक चिकित्सा करनेके लिए कहला दिया था । किन्तु उसकी मृत्यु उसके पीछे हाथ धोकर पड़ी हुई थी । अतः वह हमारा उपदेश कब स्वीकार करनेवाला था ! अतएव प्रायः दो मास उपरान्त हमने उसकी मृत्युके दुःख देनेवाले समाचारभी सुन लिये ।

सन् १९१५ ई० में एक अठारह वर्षीय कन्याके देखनेके निमित्त हम वच्छ-वाली, लाहौरमें गये । वह देखनेमें बहुतही सुन्दर आकृतिकी थी । परन्तु क्षयी रोगने उसके प्रति ऐसी निर्दयता दिखा रखी थी कि वह सर्व प्रकारेण अपने जीवनसे दुःखी थी । इसपरभी वैज्ञानिक डाक्टरोंने ट्यूबरक्युलिन इन्जेक्शन्स और विपैली औषधियोंसे उसका जीवन दुःखप्रद बना रक्खा था । उसके पैरोपर भले प्रकार सूजन आरहा था । वह उस समय अतिसारसे पीड़ित थी । उसके शरीरको देखनेसे कहीं अस्थियोंके अतिरिक्त मांस या रक्त प्रतीत न होता था । उसकी त्वचाका वर्ण जीवन शून्य और श्वेत जान पड़ता था । उसके नख खुदरे और ऊपरसे नीचेको गोलाई लिए हुए श्वेत वर्णके जीवन रहित हो रहे थे । उसके ओष्ठोंका रङ्ग समस्त रूपेण फीका दर्शता था । उसके शरीरके ताप और नाड़ीको देखकर शक्तियोंका विदा होना भासता था । उसकी खांसीकी गतिभी जीवनकी न्यूनतासे बहुत मन्द हो गयी थी । अतः हमने कोईभी अनुकूल लक्षण न देखकर उसकी चिकित्सा करना स्वीकार न किया । क्योंकि उपरोक्त लक्षणोंसे उसके शरीरसे जीवन शक्तियोंके विदा होनेका ज्ञान होता था । अतः तीन सप्ताहके भीतरही हमने उसकी मृत्युके शोकमय समाचार सुन लिये ।

### श्वास रोग Asthma.

श्वास रोगके विषयमें प्रायः यही कहावत है, 'दमा दमके साथ जाता है'; और वास्तवमें यह ठीकही है, क्योंकि जिसे यह दुष्ट रोग लग जाता है उसका पीछा सुगमतासे नहीं छोड़ता । परन्तु हमें इस बातका अभिमान है कि हमारी चिकित्सा विधिने अवतक प्रत्येक श्वासके रोगीपर केवल चार सप्ताहके भीतर

अलौकिक चमत्कार दिखाया है, और वर्ष दो वर्षों में पुरानेसे पुराने श्वास रोगीको पूर्णतः लाभ पहुंचाया है। अतः हम बलपूर्वक कहते हैं कि कोई श्वासका रोगी तब-तक हताश नहीं हो सक्ता जबतक कि उसमें जीवन शक्तियां संचार कर रही हैं और फुफ्फुस या श्वासनाली समूल नष्ट नहीं हुई हैं।

श्वासकी तीव्र दशामें दो मास पर्यन्त चौबीसों घण्टे रोगीको टबमें लिटाकर या बख्शों द्वारा छातीपर ताप होना चाहिये और यदि ऐसा न हो सके तो दिनमें तीन बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचाकर बड़ बन्धनोका प्रयोग होना चाहिये। यदि इच्छा और श्रुति अनुकूल हो तो रोगीको प्रातः या दो पहर के समय स्वच्छ शीतल और सद्यः जलसे सर्वाङ्ग स्नान करना या केवल मुखोदि धोना चाहिये। किन्तु यदि इच्छा न हो तो कभी शीतल जलसे स्नान न करे। दो मास के उपरान्त रोगकी अवस्थानुसार तीन बार ताप पहुंचाने और बन्धनोका प्रयोग करनेकी अपेक्षा दो या एक बार प्रति दिन ताप देना और बन्धनोका प्रयोग रोगके अन्त समयतक रहना चाहिये। रात्रिका बन्धन कभी न त्यागा जाय। सामर्थ्यके अनुसार शीतल और चैतन्यता प्रदान करने वाला वायु तथा प्रकाशमें टहलना बड़ाही हितकर है। परन्तु सामर्थ्यसे अधिक कोई काम ठीक नहीं। श्वास रोगमें पहिले आठ सप्ताहतक हो सके तो केवल रसीले फलोपर रहना चाहिये, परन्तु यदि रोग पुराना और अति भयङ्कर न हो तो अन्य फलभी दिये जा सक्ते हैं; और आठ सप्ताहके उपरान्त फलोंके साथ धारोष्ण दूधभी दिया जा सक्ता है। परन्तु यदि इस दुष्ट रोगसे सदाको पीछा छुड़ाना है तो चिकित्सा कालसे कुछ दिन पीछे कभी रसीले फलही सर्वोत्तम सिद्ध होते हैं। इसीसे केवल अनार या गन्नेपर जीवन निर्वाह करनेवाले रोगी उनके अनृत मय गुणोंसे शीघ्र इस दारुण रोगसे मुक्त हो जाते हैं।

श्वास रोगसे पीडित अनेक रोगियोंकी हम बहुत पहिलेमें चिकित्सा करके लाभ पहुंचा चुके थे, परन्तु सन् १९१६ ई० में विजनौरके स्थानपर एक ऐसा रोगी हमारी चिकित्सामें आया जो प्रायः दस पगभी चलनेको असमर्थ था। वह बहुत दिनोंसे श्वास रोगसे पीडित था, परन्तु उन दिनोंमें उसकी पीड़ाको सहन करना उसकी सामर्थ्यसे बाहर हो गया था। वह दिन और रात्रिमें किसी समय सीधा लेटकर शयन न कर सकता था; क्योंकि उसे खासी बहुत दुःख देती थी। उसे

५ समस्त रात्रि बैठकरही काटनी पड़ती थी। अनेक औषधियोंका सेवन करते,

करते वह दुःखी हो गया था; और उनसे लाभकी अपेक्षा प्राय हानिही सिद्ध होती थी। वह अनेक चिकित्सकोंके पञ्जेमें फंसकर बहुत कुछ आर्थिक हानिभी उठा चुका था। इसके अतिरिक्त प्रथम तो वह पचास वर्षसे ऊपरकी आयुका था, द्वितीय वह प्राय समस्त प्रकारके मादक पदार्थ (तम्बाकू, गांजा, भाग, चण्डू, अप्पून् और मदिरा आदि) सेवन कर चुका था, इस लिए उसके शरीरपर किसी औषधिका प्रभाव न होता था। किन्तु हमारी सम्मतिके अनुसार चिकित्सा करनेपर उसको पहिले दिनही इतना लाभ हुआ कि वह सुगमता पूर्वक श्लेष्मका त्यागन कर सका, और उस रात्रिको वह कई घण्टे निद्रामें रहा। उसको हमने प्रातः और सायंकालको छाती और उदरपर नित्य दो, दो घण्टे, ताप पहुंचाने तथा धड़ बन्धन प्रयोग करनेकी आज्ञा एवं रसीले फलोंके सेवन करनेकी अनुमति दी थी। परन्तु यह हमको स्मरण नहीं कि किस कारण वश वह अधिक रसीले फल नहीं ले सका। अतः हमने उसे धारोष्ण गौळका दूध और वाष्प द्वारा उबले हुए रसीले शाकादि सेवन करनेकी सम्मति देदी थी, जिससे प्राय तीन सप्ताहमें वह समस्त रात्रि सुख पूर्वक शयन कर सकता था और आनन्दसे दो मील टहलने जासकता था। पाचवे और छठे सप्ताहमें वह पूर्णतः श्वास रोगसे मुक्त हो गया था; और एक धनिककी कन्याके विवाहमें उसने समस्त मिठाइयाँ और पकवानके बनानेका काम अपने हाथमें लिया था; क्योंकि वह हलवाईके काममें बहुत निपुण था। उसको अग्निके सामने बैठकर काम करनेपरभी श्वासका दौरा नहीं उठा था; और वह ठीक वैसेही काम कर सकता था जैसे एक स्वस्थ मनुष्य कर सकता है। चौथे सप्ताहमें उसे प्रातः कालको चार बजेके निकट कुछ खांसी उठकर श्लेष्ममय रसोंकी ऐसी वमन हुई कि एक पात्र, जिसमें प्राय चार सेर या उससे अधिक जल आता हो भर गया, और उसी दिनसे उसका श्वास रोग विदा हो गया। उसकी चिकित्सामें हमको एक यह भङ्गन प्रतीति होती थी कि वह अप्पून् और तम्बाकू छोड़ना नहीं चाहता था; क्योंकि उसको उनके छोड़नेसे कुछ भय प्रतीति होता था। किन्तु हम विना उन मादक पदार्थोंका त्यागन कराये किसी प्रकारभी चिकित्सा करनेको प्रस्तुत नहीं थे। अतः उसको चिकित्सा करनेसे पूर्व हुक्के और अप्पून्का सेवन त्यागना पड़ा; और जैसा कि उसको भय था उसे किसी प्रकारका कोई कष्ट नहीं हुआ; प्रत्युत सदाको उससे

वह दुर्व्यसन छूट गये । उसने हमारी चिकित्साका पालन केवल आठ सप्ताह तक ही किया । परन्तु हमारी आज्ञा थी कि निरन्तर एक वर्ष तक किया जाय, जिससे रोग समूल नष्ट हो जाय । परिणाम यह हुआ कि कुछ वर्षोंके उपरान्त उसे फिर श्वास रोगने आघेरा, और फिर हमने भी इस लिए उसकी चिकित्सा नहीं की कि उसके आज्ञा न पालन करनेसे हमारी चिकित्साको कलङ्क लगता था ।

सन् १९१७ ई० के अन्तमें एक श्वासका रोगी हमको दिल्लीमें मिला । परन्तु एक विशाल नगर होनेसे वहाका जल-वायु श्वास रोगमें बहुत ही प्रतिकूल था । इस लिए हमने रोगीके पिताको दिल्ली छोड़ रोगीको अन्यत्र ले जानेकी सम्मति दी । अतः वह रोगी और हमको लेकर अम्बालेके निकट एक ग्राममें चले गये । यद्यपि हमारी उनके साथ उस समय जानेकी कोई विशेष आवश्यकता न थी । इसके अतिरिक्त उस समय प्रयागके एक प्रेमसे 'प्राकृतिक विज्ञान' के मुद्रणार्थ कागज लिया हुआ था, जिसको हमारे उस रोगीके साथ अम्बाले चले जानेके कारण प्रसवाले वृष्टता पूर्वक अपने काममें ले आये, और 'प्राकृतिक विज्ञान' का मुद्रण झमेलेमें पड़ गया । अतः उस समय वृथा उस रोगीके साथ जानेके कारण 'प्राकृतिक विज्ञान' के मुद्रणमें सात वर्षका विलम्ब हुआ । परन्तु इसपर भी हमको यह सन्तोष था कि उस रोगीकी चिकित्सा दिल्लीके बड़े, बड़े डाक्टर करके कुछ लाभ न पहुंचा सके थे, और डाक्टर कोहनीकी जल चिकित्सा विधिसे भी कई मास तक चिकित्सा करनेपर कोई लाभ न हुआ था, हमारी चिकित्साके पहिले दिनसे ही लाभ होना आरम्भ हुआ । इसके अतिरिक्त वह हमारे एक परम मित्रका पुत्र था, और उसके कुटुम्बियोंको हमारी चिकित्सामें किञ्चितमात्र विश्वास न था । अतः हमारी यह इच्छा थी कि हम अपनी चिकित्साके महत्त्वको क्रियात्मक रूपसे प्रमाणित कर दें । इसीसे हम उस रोगीके साथ उस ग्राममें प्रायः डेढ़ मास तक बड़ी प्रसन्नताके साथ रहे । क्योंकि हमको वहां कोई कष्ट नहीं था । हा, इतना अवश्य था कि कभी, कभी हमको 'प्राकृतिक विज्ञान' के मुद्रणकी चिन्ता बहुत दुःख देने लगती थी, और रोगीके शरीरपर बन्धनोंका प्रयोग करनेके निमित्त हमसे ही कहा जाता था, जिससे हमको कुछ परिश्रम न होते हुए भी अपार दुःख प्रतीत होता था; क्योंकि हमको आरम्भ कालसे ही ऐसे कार्योंसे घृणा रही है । किन्तु फिर भी जब हम अपने रोगीको उन्नति



करते देखते थे तो हमारे आनन्दकी सीमा न रहती थी । अपरञ्च हमारा रोगीभी-बहुतही प्रसन्न रहनेवाला था । वह एक सत्रह वर्षीय होनहार नवयुवक था । उसको-गुरुकुल कांगड़ीमें सामर्थ्याधिक व्यायाम करनेसे बाल्यकालसेही श्वास रोग होगया-था । अतः हमने उसको प्रति दिन तीन बार धड़ बन्धनोंके प्रयोग करनेकी सम्मति दी थी, क्योंकि जल द्वारा ताप करनेमें कुछ असुविधा थी । अन्यथा यदि जल तापका प्रयोग होता तो रोग अति शीघ्र जाता रहता । इसपरभी उसका रोग चौथे सप्ताहमें बहुतही कम होगया था और छठे सप्ताहमें वह श्वासकी पीडासे प्राय मुक्त हो चुका था । उसके पिताने उसके सेवनार्थ गर्त्रोंका यथेष्ट प्रवन्ध-रक्खा था । इसीसे वह जल ताप न होनेपरभी शीघ्र श्वास रोगसे अपना पीछा-छुटानेको समर्थ हुआ । वह प्रात और सायंक के समय शरद ऋतुके होते हुएभी नदी तटपर कई, कई घण्टे टहलने जाता था, जिससे वह अल्प कालमेंही चैतन्यता युक्त हो गया था । उसकी अन्त्र और आमाशय नियमित रूपसे कार्य करनेको समर्थ हो गये थे । वह समस्त रात्रि विना किसी विघ्नके चार सप्ताह पीछेही शयन करने लगा था । तीसरे सप्ताहमें एक दिन खांसी होनेपर उसे श्लेष्मके साथ थूकनेमें वाज-रेके समान श्वेत वर्णके कई आस्थियोंके सदृश कठोर पदार्थ निकले थे; और उनके निकलनेसेही उसका श्वास रोग विदा होने लगा था । दूसरे सप्ताहतक उसे कुछ अधिक कष्ट रहा था; परन्तु यदि जल तापका प्रयोग किया जाता तो पहिले सप्ताहमेंही उसके क्लेशोंका इति हो जाता । उसने कई मासतक हमारी चिकित्साको क्रम पूर्वक किया था । परन्तु हमें इस बातका खेद रहा कि उसने हमारे आदेशानुसार चिकित्सा और पथ्यका क्रम एक वर्ष निरन्तर नहीं रक्खा । इस लिए पुनः श्वास रोगके हो जानेकी सम्भावना है । उस रोगीपर, हमारी रीतिके अनुसार मुरादाबादके-एक डा० कोहनीके अनुयायी चिकित्सकने विना हमारे सिद्धान्तोंसे परिचित हुएही, केवल अन्य श्वास रोगियोंपर हमें विजय प्राप्त करते हुए देखकर, हमारी चिकित्सासे पूर्व, ऊष्ण तापमय मृत्तिकाके बन्धनोंका प्रयोग किया था, जिससे रोगीको लाभकी अपेक्षा-इस लिए भारी हानि पहुंची कि बन्धनोंपर ऊष्ण मृत्तिकाका किया हुआ प्लास्टर बाधते, बाधते शीतल हो गया था; और उन महागर्भको बन्धनोंकी शीतलतासे-पहुंचनेवाली हानिका इसलिए ध्यान नहीं था कि डा० लुई कोहनीने शीतल मृत्ति-काके प्रयोगकाहा कथन किया है । अतः हम रोगियोंको उन चिकित्सकोंकी ओरसे,

जो हमारे सिद्धान्तोंसे अन्भिज्ञ हैं, या जिनकी चिकित्सा, अनेक भिन्न सिद्धान्तोंपर चलनेसे पचमेल खिचड़ीके समान है, सावधान करते हैं। क्योंकि इससे हमारी चिकित्सा विधिको कलङ्क लगानेके अतिरिक्त किसी, किसी समय रोगी बहुत आपत्तिमें पड़ जाता है।

सन् १९१६ ई० में प्रयागके स्थानपर एक श्वास रोगसे पीडित मर्द्दा अपनी मृत्युसे एक दिन पहिले इकमे पड़कर ज्यो त्यो हमारे निकट आया था। परन्तु उसका यह कृत्य हमको उचित नहीं प्रतीत हुआ। क्योंकि उसको इकमे पड़कर आनेमें अपार दुःख हुआ होगा। किन्तु क्या किया जाय हमारे देशके निर्दयी चिकित्सकोंके कारण दारिद्र्यतासे पीडित रोगी फीस देनेकी सामर्थ्य न होनेसे उनको अपने घर बुलानेकी शक्ति नहीं रखते, और कदाचित् इसी अनुमानसे वह अपने जीवनका अन्त होनेकी असह्य वेदना सहन करते हुएभी हमको अपने घर बुलानेका साहस न कर सका। हमने उसकी ऐसी दशा देखकर उसको इकसे नीचे उतरने और फिर उसके ऊपर चढ़नेका कष्ट देना उचित न समझा। अतः हम उसे उसके घरको लौटाकर उसके यहाही उसको देखने चले गये, किन्तु उसके शरीरसे जीवन शक्तियां विदा हो ली थीं, इसलिए हमने उसकी चिकित्सा करना उचित न समझा। परन्तु उसकी दुःखिया स्त्रीके बहुत आग्रहपर हमने उसको जल ताप और अनार सेवनकी अनुमति दी, जिससे उसको केवल इतनाही लाभ पहुंचा कि मृत्यु समयतक उसको अधिक कष्टोंका अनुभव नहीं हुआ, उसने बहुत शान्तिके साथ अपने प्राणोंका त्यागन किया।

एक योरोपियन नवयुवक, जिसकी अवस्था प्रायः तीस वर्षकी थी, साईकिलपर बहुत चढ़नेसे प्रायः बीस वर्षकी अवस्थासेही उसके शरीरमें श्वास रोगकी पीडाका प्रारम्भ हो गया था, सन् १९१८ ई० में हमारी चिकित्सामें आया। परन्तु इसपरभी उसने साईकिलका चढ़ना पच्चीस वर्षकी अवस्थातक नहीं त्यागा, प्रत्युत उन्तीस वर्षकी अवस्थामेभी उसने एक रसमे साठ मीलतक साईकिल दौड़ायी थी, जिससे वह एकैक शैयापर लग गया। वह चौबीसों घण्टे विकल रहता था, और किसी समय शयन करनेको समर्थ न था। क्योंकि सीधा लेटतेही उसे खांसी विकल कर देती थी। उसे शौचसे निवृत्ति प्राप्त करनेके लिएभी दिनमें कमसे कम चार बार कष्ट उठाना पड़ता था, और इसपरभी उसको शौच जानकी इच्छा बनीही

रहती थी । उसकी पाचन शक्तियां बहुतही शिथिल प्रतीत होती थी; क्योंकि बहुत दिनसे उसको यकृत सम्बन्धी पीड़ाएंभी थीं । अतः हमने उसको प्रायः डेढ़ मासतक चौबीसों घण्टे समस्त शरीरको ठंढे द्वारा जल ताप पहुंचाने और केवल वेदाने अनारपर निर्वाह करनेकी सम्मति दी, तद् उपरान्त चार मासतक दिनमें तीन बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचाने और बन्धनोंके प्रयोग करने तथा आनारके अतिरिक्त अन्य रसीलें और मीठे फलोंके लेनेकी आज्ञा दी; तत् पश्चात् तीन मासतक प्रति दिन दो बार डेढ़, डेढ़ घण्टे और अन्तके चार मासतक दिनमें एक बार केवल दो घण्टे ताप पहुंचाने और प्रायः समस्त अनुतेजक और सूक्ष्म फलोंके सेवन करनेकी अनुमति दी । परिणाम यह हुआ कि उसकी युवावस्थाके कारण वह चौथे सप्ताहमें प्रायः श्वाग पीडासे मुक्त हो चुका था और सातवें सप्ताहमें कोई उसको श्वागका रोगी नहीं कह सकता था । वह उस समय आठ, दस मील घातके समय नित्य टहलने जाता था, उसकी अन्न नियमित रूपमें मल त्यागनका काम करने लगी थी । इसीसे उसे शौचसे निवृत्ति प्राप्त करनेके लिए चौबीस घण्टेमें केवल एक या दो बार जाना पड़ता था; और उसे ऐसा बंधा हुआ मल आता जो न इतना कटोर होता था, जिसमें त्यागनमें कष्ट हो, न ऐसा टीला होता था, जिसमें चिपकनेने गुदाको स्वच्छ करनेके निमित्त कागज या जल की आवश्यकता हो । उसकी पाचन क्रिया इतनी उन्नति कर गयी

चिकित्सक खटकने लगता है, जिसका परिणाम प्रायः वैमनस्यही देखा गया है ।

सन् १९२३ ई० के अन्तमें एक मोटर ड्राईवर जिसका प्रायः दो वर्षसे श्वास रोग था, और जो उससे बहुत पहिलेसे उपदन्श रोगसे पीडित था बम्बईके स्थानपर हमारी चिकित्सामे आया । हमने उसको रसीले फलोंका सेवन और न्यूनाति न्यून दिन में दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुँचानेकी सम्मति दी थी । परन्तु वह न तो यथेष्ट फलही सेवन करता था और न दो बार तापही पहुँचाता था । वह फलोंके अतिरिक्त दूध-चावल और रोटीका सेवन करता था, और दिनमें केवल एक बार ताप पहुँचाता था । इसपरभी दो सप्ताहमें उसको इतना लाभ पहुँचा कि वह रात्रिको सुखसे शयन और बिना हापे मोटर स्टार्ट कर सकता था । इसीसे उसने मोटर चलानेकी छोड़ी हुई चाकरी पुनः करली । इसके अतिरिक्त उसके उपदन्शके चिन्ह प्रायः छुप्त हो गये थे, और उसके शरीरमें चैतन्यता आती हुई प्रतीत होती थी । परन्तु हम उसकी ओरसे इस लिए प्रसन्न नहीं थे कि प्रथम तो वह बीड़ी और चाय पान करना नहीं छोड़ता था, द्वितीय वह हमारी आज्ञाके विपरीत चावल आदि सेवन करता था, तृतीय वह यथेष्ट ताप पहुँचानेका भी प्रयत्न नहीं करता था, प्रत्युत जभी रोगमें कुछ न्यूनता होती थी तभी वह चिकित्सा करना बन्द कर देता था और जिस समय अधिक कष्ट प्रतीत होता था उसी समय ताप पहुँचानेकी सूझने लगती थी । अतः हमने उसे अनेक बार समझाया कि जबतक केवल फलोंपर निर्वाह करके हमारी सम्मतिके अनुसार ताप न होगा कभी लाभ होना सम्भव नहीं है । परन्तु खेद है उसके एक बात ध्यानमें न आयी । अन्तमें हम एक सेठकी छोटी चिकित्सार्थ आगरे चले गये, और उसका पीछे वही क्रम चलता रहा । अन्तमें दुःखी होकर सन् १९२४ ई० के मध्यमें वह बम्बईसे अपने देशको चला गया । हमारे अनुमानसे ऐसे रोगियोंकी चिकित्सा करनाही पाप है । क्योंकि इससे वहभी झमेलेमें पड़े रहते हैं, और हमारी चिकित्सा विधिकोभी बुरा कलङ्क लगता है । किन्तु यदि ऐसे रोगियोंकी चिकित्सा करनाही हो तो उसको समस्त रूपेण अपने आधीन रखकर करना चाहिये ।

सन् १९२१ ई० में एक बङ्गाली यवन श्वास रोगकी चिकित्सार्थ हमारे समीप

। वह पोलाका बड़ा खिलाडी था, और उसी खेलसे उसे वह रोग हुआ था ।

तीस वर्षकी आयुमेही उसका शरीर श्वासका घर बन गया था, और पच्चीसवें वर्षमें वह उस रोगसे दुःखी होकर मृत्यु देवीकी शरणमें जाना कहीं उत्तम समझता था । क्योंकि पोलोके अतिरिक्त उसका कोई जीवनाधार न था, और पोलोही उसके प्राणोंकी पिपासी हो रही थी । अन्ततः सन् १९२० ई० में कहीं एक बड़ी भारी पोलोकी मैच हुई, जिसमें उसने श्वासकी पीडा वश खेलना स्वीकार न किया । किन्तु वह एक राजाके यहां पोलो खेलनेपरही नौकर था । इस लिए उसको विवश हो उस मैचमें भाग लेना पड़ा, जिससे वह खेलके समाप्त होतीही मूर्छित होकर गिर पडा । उस समय उसका श्वास धोकनीके समान चल रहा था । उसके जीवनकी आशा बहुतही कम होती थी । उस समय उसको कुछ ब्राडी दी गयी, जिसकी तीक्ष्णता और उत्तेजनासे उसके कण्ठमें अटका हुआ श्लेष्म बाहर हो गया और वह किसी प्रकार गिरता पडता ठहरनेके स्थानतक पहुंच गया, और वहांसे वह घर जानेकी अपेक्षा दो एक दिनके पश्चात् सीधा हमारे यहांको चल दिया । हमें उसकी यह दशा देखकर बहुतही दुःख हुआ, किन्तु यह अच्छा था कि वह चिकित्सार्थ यथेष्ट वन व्यय कर सकता था । अतः हमने तत्क्षण उसके लिए एक ६६" लावा टब बनवाकर निरन्तर तीन मास-तक उसको चौबीसो घण्टे ताप पहुंचाया । इसके उपरान्त दिनमें दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचाने और उनके पश्चात् धड़ बन्धनोंके प्रयोग करनेकी सम्मति दी । वह हमारी आज्ञानुसार आठ मास पर्यन्त केवल अनारके आहारपर रहा था, जिससे उसके शरीरमें प्रत्येक स्थानपर रक्त भरा हुआ प्रतीत होता था, उसके समस्त शरीरपर मांस भर गया था । उसकी बैर्ठा हुई छाती उभरी हुई जान पड़ती थी । देखनेसे कोई उसको श्वासका रोगी नहीं कह सकता था । उसने यवन होनेपरभी मांस, मच्छली और मुर्गी, अण्डेका आहार न करनेकी शपथ लेली थी । वह भले प्रकार यह समझ गया था कि मांस और धान्यादि कोई भी किसी प्रकार फलोंकी समानता नहीं कर सकते । इस लिए उसका विचार था कि यदि सदा फल प्राप्त हो सके तो उन्हींपर जीवन निर्वाह किया जाय । वह आठ मास चिकित्सा करनेके उपरान्त अपने घर चला गया था और वहां प्राय और आठ मासतक अन्य रसीले फलोंका सेवन करके अपनी चिकित्सा करता रहा । उसके पश्चात् यद्यपि वह हमको मिल

नहीं सका है, परन्तु उसके पत्रोंसे प्रतीत होता है कि वह पूर्ण आरोग्य हो गया; और उसने उसी रीत्यानुसार अनेक श्वास, क्षयी, संग्रहणी और निमोनिया आदि रोगोंसे पीडित अनेक रोगियोंको लाभ पहुंचाया है, प्रत्युत अब उसके जीवनका आधार प्रायः दुःखी रोगियोंको लाभ पहुंचानाही है। हमारी इच्छा है कि जोभी हमारी चिकित्सासे लाभ उठाए उसको उक्त रोगीके समान अन्य रोगियोंके चिकित्सा करके उन्हे लाभ पहुंचाना चाहिये।

### खांसी एवं कूकर खांसी Caugh and whooping caugh.

**कि**सी प्रकारकी खांसी अथवा कूकर खांसीकी वही चिकित्सा और पथ्य होना चाहिये जो एक श्वास रोगीके लिए हो सकती है। केवल खांसी और श्वास रोगमें इतना भेद है कि श्वाससे मुक्त होनेमें बहुत समय तथा धैर्यकी आवश्यकता है और खांसी कुछ सप्ताहमेंही नहीं प्रत्युत कभी, कभी कुछ दिनमेंही जानी रहती है। परन्तु फिरभी खांसीसे बहुत सावधान रहना चाहिये। क्योंकि उससे अधिक समयतक पीडित रहनेपर श्वास रोगका जन्म हो जाता है। इसके अतिरिक्त खांसी समस्त शरीरको हिला देती है, जिससे हमारी शक्तियोंका कोष अति शीघ्र शून्य हो जाता है, प्रायः समस्त नाडियां कर्तव्य हीन हो जाती हैं, और कभी, कभी भोजन करनेके उपरान्तही वमन हो जाती है। अपरञ्च क्षयिकी दशामे खांसीका होना रोगीके प्राणोंके लाले पडना है।

खांसीसे पीडित एक रोगी सन् १९११ ई० में हमको जोधपुरके निकट एक ग्राममें मिला था। वह एक १३ वर्षीय बालक था। उसको सूखी खांसी उठा करती थी। खास्ते, खास्ते उसका मुंह और नेत्र लाल हो जाते थे, और बहुधा उसको भोजन करनेके उपरान्त वमन हो जाता था। औषधियोंका सेवन करते, करते वह दुःखी हो गया था, और उसका गात्र मांस एवं रक्तसे वञ्चित होकर केवल अस्थियोंका पिञ्जरही रह गया था। वह दो वर्षसे उस रोगमें ग्रसित था। इसके अतिरिक्त उसकी चिकित्सामें उसके पिताका कई सहस्र रुपया उठ चुका था। हमने खांसीके रोगमें अपनी चिकित्साका पहिला अनुभव उसी रोगीपर दिखाया था। हमने उसको ऊष्ण होते हुए जलके टबमें दो सप्ताहतक चौबीसों घण्टे रक्खा। केवल शौचादिसे निवृत्ति प्राप्त करनेके लिए उसे कुछ कालके लिए टबसे बाहर निकलनेकी आज्ञा थी। उसके आहारके निमित्त हमने

जोधपुरी, अनारकी सम्मति दी थी । अतः फल यह हुआ कि दस दिनके भीतरही उसकी खासी छुप्त होगयी । हमने उसकी चिकित्सा का कम निरन्तर तीन मास पर्यन्त रखनेको कहा, जिससे शरीरमें रोगका बीज न रहे । अतएव उसके पिताने हमारी सम्मतिके अनुसार तीन मासके स्थानमें छ मासतक उसकी पथ्यके साथ चिकित्सा की, जिससे उसका पिञ्जर समान शरीर मांस और रक्तसे गोल हो गया था । खांसीके अतिरिक्त उसका कोष्ठवृद्ध और शिर पीडासेभी छुटकारा हो गया । अपरञ्च प्रत्येक ग्रीष्म ऋतुमें जो उसके रक्त विकारसे फोड़े निकला करते थे वह रक्तके स्वच्छ हो जानेसे सदाको वन्द हो गये, और इस प्रकार उसके पितानेको प्रति वर्ष बहुत कुछ धनकी वचत होने लगी । परन्तु उसके कृतघ्न पिताने कुछ हमको भेंट करने या हमारे उद्देश्यमें आर्थिक सहायता देनेके स्थानमें हमको अमूल्य पाठ यह दिया कि दारिद्र्यतासे पीडित रोगियोंके अतिरिक्त धनिकोंकी निःशुल्क सेवा करना पुण्यके स्थानमें पाप है । परन्तु हम अपने स्वभाववश किसीसे चिकित्साके परिवर्तनमें धन लेनेका साहसही न रखते थे । इसके अतिरिक्त हमको अपनी चिकित्साके प्रचारके आगे धन बहुतही तुच्छ प्रतीत होता था । किन्तु अन्तमें ऐसे स्वार्थी अन्व्योंकी परीक्षा करनेने हमको थका दिया । हम किसी, किसी समय भोजन और वस्त्रसेभी पीडित रहने लगे । हमारा शरीर सूखकर पिञ्जर हो गया । हमारी ओरसे प्रायः सभी नेत्रोंके होते हुएभी चक्षुहीन हो गये । हमने सन् १९०३ ई० के मध्यसे जून सन् १९२४ ई० तक बहुतही कम दिन अपनी धुवाको पूर्णरूपेण सन्तुष्ट करनेके निमित्त यथेष्ट आहार प्राप्त किया होगा, अन्यथा आयुका अधिक भाग आधी भूख रखकरही व्यतीत किया है । इस लिए हमको अशक्त हो अपनी नीतिमें परिवर्तन करना पड़ेगा और हमारे रामस्त अनुभवोंका साराश निम्न पंक्तियोंसे स्पष्ट प्रतीत हो जानेपर कदाचित्त हमको कोई दोषी ठहरानेका साहस न करेगाः—

थे विस्तारत अहल जो वह, आज यांसे मिट गये,  
कब्रभी उनकी नहीं है, सब निशांही मिट गये ।

उन कद्रदाने पारसे, किस कद्रकी हो यास अब,  
दाद देनेके लिएभी, चश्म जिसके मिट गये ?

उनकी खिदमतके सिलेने, मुफतने बन यह मिठाः—

सुफतमें बदनाम हो हम, सुफतमेंही मिट गये ।

जालिमोंकी नौकरीसे, अब किनारा कीजिये,

क्या करोगे फिर जो 'कर्नल', औरभी तुम मिट गये ?

सन् १९१२ ई० के अन्तमें हम सम्भल जा रहे थे । अनायास मार्गमें हमारी गाडी टूट जानेसे हमको सबकके किनारेपरही वह रात्रि व्यतीत करनी पडी । गाडीके टूटनेसे पहिले तो हमको रेल द्वारा वहां न जानेका इस लिए पश्चात्ताप हुआ कि हम अपने पूज्य पिताजीके, जो उस समय सम्भल गये हुए थे, दर्शनेको बहुत लालायित थे, किन्तु योडेही कालमें हमको उस गाडीके टूटनेसे इस लिए दुःखके स्थानमें बहुतही सुख हुआ कि वहां हमारे निकटही एक आमके वृक्षके नीचे एक खासीकी असह्य पीड़ासे क्लेशित नवयुवक मिल गया । उसने हमको विना किसी पूर्व परिचयके, अपने निकट बुलाकर हमारे शयनार्थ अपनी चारपायी देकर हमको कुछ आम भोजनार्थ दिये और दौडा, दौडा हमारे लिए ग्रामसे गौलका दूध लेने गया । हम नहीं कह सकते क्यो उसने अन्य यात्रियोसे बातभी नहीं की और हमारे साथ इतनी सहानुभूति दिखायी ? हम नहीं चाहते थे कि वह विना परिचयके हमपर इतना अगुग्रह करे, परन्तु वह हमारी कब सुनता था । उसने तो हमको आम खिलाकरही छोडे, और विवश हो हमको दूधभी पान करनाही पडा । हमारी इच्छा नहीं थी कि वह भूमिपर शयन करे और हम सुखसे चारपायीपर रात्रि व्यतीत करें, किन्तु इच्छाके पतिकूल उसके आग्रहसे हमको चारपायीपरही शयन करना पडा । शयन करनेसे पहिल बहुत समयतक वार्त्तालाप होता रहा । इसके अतिरिक्त उसने कई ग्रामीण और रोचक कहानियाभी सुनायीं । इतनेमेंही अधिक बोलनेके कारण उसको खासी उठ खडी हुई, और प्राय एक घन्टेतक उसे चैन न लेने दिया । खास्ते, खास्ते उसके नेत्रोंसे अश्रु पात होने लगे, उसका समस्त शरीर हिल गया और छातीमें पीडा होने लगी । अतः खासीके कुछ शान्त होनेपर हमने उससे कश कि वह उसकी चिकित्सा क्यों नहीं करता है ? इसका उत्तर देते हुए उसने बहुतही दु खी होकर कहा कि वह तीन वर्षसे अपने रोगकी चिकित्सा कराते, कराते थक गया है, और जो टका गाठमे था वहभी व्यय हो चुका है, प्रत्युत एक वैद्यराजकी कृपासे घरमें जो पानादि थे वहभी बिक गये । हम उसकी इस दु खमय गाथाको सुनकर



बहुतही दुःखी हुए और हमने उस समय, जो हमारी जेबमें दस रुपये थे उसको देनेके लिए निकाले, और उसकी स्वयं चिकित्सा करनेको कहा । परन्तु उसने हमारे बहुत कुछ आग्रह करनेपरभी रुपये लेना स्वीकार न किया, किन्तु पूर्ण पथ्यके साथ चिकित्सा करनेको उद्यत हो गया । अतः हमने सूर्यका उदय होनेपर उसकी चिकित्सा करना आरम्भ कर दिया, और एक सप्ताह तक सम्मल जानेका विचार स्थगित करके हम वहीं उसके साथ ठहर गये । स्टोव या कोयलोकी अंगीठी न होनेके कारण उपलोंकी अग्निपरही जलको ऊष्ण कराकर और चिम्टेसे वल्लोंको निचड़वाके उसकी ग्रीवा, छाती, उदर और पीठपर प्रति दिन तीन बार दो, दो घण्टे अर्थात्-प्रातःके समय पांच बजेसे सात बजे तक, मध्याह्नमे एकसे तीनतक और रात्रिमें नौसे ग्यारह तक ताप पहुंचवाते थे; और प्रति तापके उपरान्त मृत्तिका बन्धनोंका प्रयोग कराते थे, जोकि दूसरे तापके समय तक शरीरपर रहते थे । आहारके निमित्त फलोंके उपलब्ध न होनेसे हमने उसको केवल गौऊका दूध लेनेकी सम्मति दी थी । परिणाम यह हुआ कि एक सप्ताहमेंही उसको इतना सुख प्राप्त हुआ कि वह आनन्द पूर्वक समस्त रात्रि शयन कर सकता था । इस बीचमें उसको एक दिन अवश्य इस लिए दुःख हुआ था कि उस दिन गौऊके दूध न देनेके कारण उसने इस अनुमानसे आम सेवन कर लिये थे कि वहभी फल हैं । परन्तु आम सेवन करनेके कारण खांसी उठनेसे उसे यह ज्ञात हो गया कि हमारी आज्ञा वास्तवमें केवल उन्हीं फलोंके सेवन करनेकी है जो अनुत्तेजक और रसीले हैं । अतः वह पूर्ण पथ्यसे रहने लगा और हम एक सप्ताहके उपरान्त सम्मल चले गये, तत् पश्चात् वह अपनी दशाका विवरण लिखाकर भेजता रहा, जिससे प्रतीत हुआ कि डेढ़ मासमे उसका खांसीसे छुटकारा हो गया था और तीन मासमें मुख एवं नासिका द्वारा जो श्लेष्म जाता था वह पूर्णतः वन्द होगया और कण्ठके घावोंका नामभी न रहा । परन्तु उसने एक दिन रात्रिके समय ईख चल पडनेपर गन्नेके स्थानमें उसका कोल्हूसे पिलकर निकला हुआ रस पीलिया था, जिससे एकैक उसकी छातीमें पीडा उठ खड़ी हुई, कण्ठ घिर आया और श्वास घुटकर खांसी उठने लगी । अतः तत्क्षण उसने छाती और ग्रीवाको ताप पहुंचाना आरम्भ किया, जिससे वह शीघ्र उस दुःखसे मुक्त हो गया । इसके अतिरिक्त उसको सदाको यह पाठ मिल गया कि फलोसे कृत्रिम रीति द्वारा प्राप्त किया हुआ वही रस, जो शरीरको नवजीवन प्रदान करनेवाला है, वायुके

ससर्गसे दूषित और विपैला होकर उसपर कितना अपकार करता है ? इसी प्रकार उनको अपने चिकित्सा कालमें अनेक अनुभव हुए, और उनके द्वारा उसने कई खासीके रोगियोंको लाभ पहुंचाया । परन्तु हमको यह खेद है कि हम उससे फिर कभी न मिल सके, प्रत्युत उसके अशिक्षित होनेके कारण अधिक काल तक हमारा उससे पत्र व्यवहारभी न रह सका ।

एक बार सन् १९१३ ई० के निकट जब हम महाराजा वलरामपुरकी कन्याके विवाहमें गये हुए थे तो एक खासीसे पीडित रोगी हमसे सम्मति लेनेके लिए आया । उसकी आयु प्रायः पच्चीस वर्षकी थी, और व्यायाम करते हुए सामर्थ्यसे अधिक बोझा उठानेपर उसको खासी हो गयी थी । वह उस खासीसे बहुतही दुःखी था । क्योंकि खास्ते समय उसकी छातीमें बहुत पीडा होती थी । हमने उसको केवल छाती और ग्रीवाको दिनमें दो बार दो, दो घंटे ताप पहुंचाने, और धारोष्ण दूध या रसीले फल सेवन करनेकी सम्मति दी । अतएव वह तीन दिनमेंही उस खासीके दुःखसे मुक्त हो गया, परन्तु उसने हमारी आज्ञानुसार पूरे एक सप्ताह तक चिकित्सा की ।

सन् १९१८ ई० के अन्त तक हम प्रायः दो सौ खासीके रोगियोंको लाभ पहुंचा चुके थे, उसी समय लाहौरसे लौटते हुए दिल्लीमें हमें अपने ज्येष्ठ भ्राताका पत्र मिला । उन्होंने हमारी सम्मति चाहते हुए लिखा था कि उनका लघु पुत्र, जिसकी अवस्था प्रायः तीन वर्ष हो खासीसे पीडित है । अनेक रीतिसे चिकित्सा करनेपरभी कोई लाभ नहीं हुआ, प्रत्युत होम्योपैथीभी निरर्थक सिद्ध हुई । वह स्वयंभी आयुर्वेद शास्त्र और यूनानी तिवावतके एक विद्वान् चिकित्सक हैं, इसीसे हमारा उनका सदा मतभेद रहा करता था, और यह पहिलाही अवसर था जबकि उन्होंने पुत्रका दुःख सहन न होनेके कारण हमारी सम्मति चाही थी । हमने पत्रके प्राप्त होतेही उनको केवल मृत्तिका धड बन्धन प्रतिदिन तीन बार प्रयोग करनेको लिख दिया और आहारके निमित्त रसीले फल या दूध सेवन करनेकी सम्मति देदी । फल यह हुआ कि उनके पुत्रकी खासी जानेपर २८ सप्टेंबर सन् १९१८ ई० को उन्होंने हमको एक पत्रमें लिखा “ तुम्हारे खासीके तरीकेसे एक दमे और छ. खासीके रोगियोंको मेरे हाथसे लाभ हुआ । अब तक मुझे स्वयं विश्वास न था, परन्तु खासीके इलाजने मुझे हैरतमें डाल दिया । दवाओंसे इलाज करना केवल एक आला

रहजनी और जालसाजी है । दो माससे मैं केवल फलही खा रहा हूँ । इन दिनोंमें बड़ा लाभ उठाया । तम्बाकूभी छूट गया । ” हमको उस समय उनकी उक्त पंक्तियां लिखनेसे बड़ीही प्रसन्नता हुई थी । क्योंकि हमने समझा था कि अब एकसे दो हो जावेंगे और समस्त जगतके रोगियोंके दुःखोंका अन्त करनेके निमित्त ‘ प्राकृतिक चिकित्सा ’ का प्रचार करनेमें सफल होंगे । परन्तु खेद है वह अपने गृहस्थका भार उठानेके निमित्त केवल औपधियोंका व्यवसाय करनेसे हमारे सहायक होनेसे उर गये । किन्तु हमारे अनुमानसे यह उनकी भूल थी । उनको हमारी चिकित्साका व्यावसाय करनेपरभी बहुत आय हो सकती थी, और आज दिन वह पूरे सम्पत्ति शाली दिखायी देते, क्योंकि वह व्यापार नीतिमें निपुण हैं, और हम किसीसे यह कहना सीखेही नहीं कि हमारी चिकित्साके परिवर्तनमें कोई हमको कुछ दे । इसीसे बहुधा स्वार्था मनुष्य वन सम्पन्न होते हुएभी हमारे न मागनेके स्वभावकी मूर्खता वश हमको कुछ नहीं देते । यही कारण है कि हम कभी इतना धनभी प्राप्त न करसके कि अपनी आवश्यकताओंकोभी पूरा कर सकते । परन्तु इसपरभी हमको प्रसन्नता है कि हम अपने ज्येष्ठ भ्राताकी अपेक्षा दारिद्र्यताके दिनोंमेंभी सन्तुष्ट रहते हैं, और असंख्य आपत्तियोंका सन्मुख करते हुएभी हमको केवल ‘ प्राकृतिक चिकित्सा ’ के प्रचार करनेकीही लग्न लगी हुई है । हमारा सर्वस्व नाश हो जानेपरभी हमारी यह आशा हमको जीवित रखे हुए है कि एक दिन सत्यकी विजय होगी, धूर्तोंकी पोल खुलेगी, औपधियोंका इति होगा और घर, घरमें ‘ प्राकृतिक चिकित्सा ’ का प्रचार होगा । क्योंकि यह हमारे अनुभवमें आयी हुई घटनाएं हैं कि अनेक लोग जो हमारी चिकित्साके कट्टर विरोधी थे, अन्तमें हमारी चिकित्साके लाभप्रद प्रमाणित होनेपर हृदयमें उसमें श्रद्धा रक्खने लगे, प्रत्युत कोई, कोई तो हमारे ऐसे कट्टर अनुयायी होगये कि उन्होंने अपने घरमें रखी हुई औपधियोंकोभी फेंक दिया ।

### क्लामपाक Pneumonia.

**वा**स्तवमें क्लामपाक होना किसी प्रकार जाँसिमसे गून्थ नहीं है । इस लिए हमारे अनुमानसे यह बहुतही भयङ्कर रोग है और खेदकी बात यह है कि हमारे नगरोंकी वायुमें अपवित्र और मदिरादिका अधिक प्रयोग होने, और हमारे अपवित्र तान-पान और रहन-सहन आदिके कारण आज कल यह

रोग बहुत होता है। इसीसे कुछ वर्ष पहिले निमोनियाका नामभी सुननेमें न आता था, और अब ऐसे बहुतही कम मनुष्य मिलेंगे, जिनको कभी निमोनिया न हुआ हो। इस लिए निमोनिया एक भयङ्कर रोग होते हुएभी बहुतही साधारण प्रतीत होता है; प्रत्युत सन् १९१८ ई० से, जब कि देशमें श्लेष्मज्वर फैला था, और उन रोगियोंमेंसे प्रायः सभीको निमोनिया हुआ था, रोगी निमोनियासे डरनाही भूल गये हैं। परन्तु यह एक बड़ी भारी भूल है। निमोनियाका देशमें फैलना किसी प्रकारभी उचित नहीं। इस लिए यथा शक्ति स्वच्छ वायुमें रहना और प्राकृतिक आहारपर निर्वाह करना चाहिये। जबतक हमको शुद्ध वायु नहीं मिलेगी हम निरन्तर निमोनिया, क्षयी और श्वास रोगादिकी आखेट होते रहेंगे। प्रायः चिकित्सकोंका अनुमान है कि निमोनिया शीतके कारण होता है, परन्तु इसमें बहुतही कम सत्यको स्थान दिया गया है। निमोनिया शीतकी अपेक्षा बहुधा सलिनके स्थानोंमें वायुके अपवित्र होजानेके कारणही हुआ करता है। इसीसे खुले हुए क्षेत्रोंमें काम करने वालोंकी अपेक्षा नगरोंमें निवास करनेवालोंकोही अधिक निमोनिया होता है। इसके अतिरिक्त भारी और अनप्रवेशनीय ऊनी दुर्तापवाहक वस्त्रभी इस लिए निमोनियाका कारण होते हैं कि उनके हेतु त्वचाको स्वच्छ वायु न मिलनेसे फुफ्फुस तथा अन्य अवयव निर्वल और विकारमय हो जाते हैं। अपरञ्च निमोनियासे पीडित रोगियों द्वाराभी वायुके विकृत हो जानेपर इस रोगकी वृद्धि होती है। इसके अतिरिक्त प्रायः प्रत्येक ज्वरमें कुपथ्य वश या शीतके पश्चात् ऋण और ऋणके उपरान्त शीतके ताप लगनेसेभी निमोनियाकी सम्भावना रहती है। अतः निमोनियाकी उत्पत्तिके अनेक कारण हो सकते हैं।

निमोनियाकी सर्वोत्तम चिकित्सा यही है कि रोगीको, स्टोव या अंगीठीपर रक्खे और जलसे भरे हुए टबमें ऐसे लिटाकर जो पगोंसे ग्रीवा पर्यन्त शरीर जलमें डूबा रहे, उस समयतक ताप पहुंचाना चाहिये जबतक कि वह जोखिमसे बाहर न हो जाय। यदि रोगीको ज्वरका ताप अधिक होनेसे मूर्छा या शिरमें पीडा प्रतीत हो तो निरन्तर एक परिचारकको उसके शिरपर सहा ऋण जलकी धार डालके या ऋण जलमें निचोड़े हुए वस्त्रों द्वारा शिर और माथेको ताप पहुंचाना चाहिये, और यदि ज्वर अधिक तीव्र न हो तोभी शिरको कुछ न कुछ समयतक ताप पहुंचाना आवश्यक है। यदि रोगीके शरीरको ताप पहुंचानेके निमित्त उस समय टब आदिका

प्रबन्ध न हो तो ऊष्ण जलमें निचोड़े हुए वस्त्रों द्वारा उदर, छाती, ग्रीवा और शिरको निरन्तर उस समयतक ताप पहुंचानेकी आवश्यकता है जबतक कि रोगी निमोनियाके पजेसे न निकल जाय । ताप पहुंचानेके उपरान्त धड़ और ग्रीवा बन्धन प्रयोग करने चाहियें और यदि मृत्तिका बन्धनोका प्रबन्ध न हो सके तो दुर्तापवाहक वस्त्र धारण करने चाहियें, जिससे शरीरका ताप पहुंचा हुआ भाग नम्र न रहे । एक तापका प्रयोग बन्द करनेके उपरान्त दूसरी बार शीघ्र फिर ताप पहुंचाना आरम्भ करना चाहिये; और ताप बन्द करनेसे जभी ज्वरका ताप वृद्धिको प्राप्त हो तभी एक पलकाभी विलम्ब न करके ताप पहुंचाना आरम्भ करना चाहिये । किन्तु यदि किसी रोगीके ज्वरका ताप शरीरका ताप बन्द करतेही बढ़ने लगे तो उसको निरन्तर उतने समयतक ताप पहुंचाना चाहिये जबतक कि उसका ज्वर समूल नष्ट न हो जाय । इस लिए ऐसे रोगियोंको कभी, कभी निरन्तर चौबीस, अड़तालीस, बहत्तर या उससेभी अधिक घण्टोतक ताप पहुंचानेकी आवश्यकता होती है । निमोनियाके साधारण रोगी केवल मृत्तिकाके ऊष्ण बन्धनोसेभी ठीक हो जाते हैं, किन्तु जब वह विकट रूप धारण करलेता है तो मृत्तिका बन्धन उसको दमन करनेके लिए यथेष्ट ताप न पहुंचा सकनेके कारण निरर्थक सिद्ध होते हैं ।

निमोनियाके रोगीको प्रायः क्षुधाका ज्ञान रहताही नहीं है और प्यास आवश्यकतासे अधिक बढ़ जाती है । अतः जबतक रोगीको भले प्रकार क्षुधाका ज्ञान न हो तबतक कोई आहार न देना चाहिये, और प्यासकी दशामे कुछ ऊष्ण तापमय जल देना चाहिये । क्षुधाका ज्ञान होनेपर केवल रसीले और अनुत्तेजक फल या शाक और यदि रोगीकी अवस्थाके अनुकूल हो तो गौऊका धोरोष्ण दूध देना चाहिये । रोगीको निरन्तर उस समयतक पथ्यसे रक्खनेकी आवश्यकता है जबतक कि रोगसे मुक्त होनेके उपरान्त यथेष्ट बल प्राप्त न हो जाय ।

निमोनियाकी दशामें इस बातपर ध्यान रक्खना चाहिये कि रोगीके कमरेका ताप उसके अनुकूल हो, और प्रकाश एवं शुद्ध वायु सञ्चारमें कोई बाधा उपस्थित न होती हो । किन्तु रोगीको तीव्र पवनसे सदा बचानेकी आवश्यकता है ।

निमोनियाके असंख्य रोगियोंपर हमको अपनी चिकित्साका अनुभव दिखानेका अवसर सन् १९१८ ई० में प्लेग्मज्वरके फैलनेपर प्राप्त हुआ था; और उस समय हमने यह प्रमाणित कर दिया था कि एक, दो, नहीं प्रत्युत सैकड़ों रोगियोंकी

चिकित्सा करनेपरभी प्रति शत्रु किसीकी क्षति नहीं हुई। हा, एक, दो मृत्युके होनेका केवल कारण यही था कि हमारी आज्ञाके विपरीत उन रोगियोंके साथ असावधानीसे काम लिया गया। इसीसे सोमनामे एक रोगी निमोनियाका प्रभाव कम होनेपरभी मृत्युको प्राप्त हो गया। जिस दिन हमने उसकी चिकित्साका प्रारम्भ किया उस दिन वह किसीको भले प्रकार पहिचानताभी न था, उसका कण्ठ घिरा हुआ था, वह प्यासके कारण विकल था और खासीकी पीड़ासे बहुतही दुखी था। परन्तु दूसरे दिनही वह सबको पहिचानने लगा, उसकी प्यासमे न्यूनता हो गयी, उसके कण्ठमे घर्ष, घर्षका शब्द सुनायी देना बन्द हो गया और खांस्ते समयभी कुछ पीडामे कमी प्रतीत होती थी। परन्तु उसका पुत्र एक पाखंडीके फन्देमे आगया और उसने १०½ रु० के पेडे उसकी बेदीपर चढा दिये और उसकी आज्ञानुसार एक पेडा अपने पिताको देदिया, जिसके सेवन करतेही उसके रोगने विकाल रूप धारण कर लिया, हमनेभी उसकी चिकित्सा छोडदी, और वह दूसरे दिन अपने मूर्ख पुत्रके कारण मृत्युको प्राप्त हो गया।

सन् १९१८ ई० में हमारे ज्येष्ठ भ्राता और कई अनुयायियोने रोगियोंको श्लेष्मज्वर और निमोनियासे बचानेके निमित्त हमारी चिकित्सा विधिका भले प्रकार अनुभव किया था। अतः उनकी सफलताका परिचय देनेके लिए हम निम्नमें अमृतसर प्रान्तके एक तहसीलदार महाशयके उस पत्रकी प्रति लिपि देते हैं, जो कि उस समय उन्होने हमको १४ नोवेम्बरको लिखा था —

Dear pandit sahib,

Thanks for you favour of the 4th. instant. I have been already getting patients treated by using hot fomentations and clay bandages, and many lives have been saved Now I am giving directions in accordance with your expressed desire... ..

With best wishes.

Yours sincerely,  
K. M. K

निमोनिया या डिब्बेका हमको चिन्तामें डालनेवाला रोगी सन् १९१५ ई० के अन्तमें भटिन्डेके स्थानपर मिला था । वह एक रेलवे क्लर्कका केवल तीन मासका बालक था । वह कई दिनसे उस रोगमें ग्रसित था और जिस डाक्टरकी चिकित्सामें था वह अनायास पटियाले चला गया । अतः उसके पिताके आग्रहपर हम बालकको देखने गये । उस समय उसका श्वास इतनी तीव्र गतिसे चल रहा था कि दूरसे उसका शब्द सुनायी देता था, उसकी अन्त्रने कई दिनसे मल त्यागन नहीं किया था, उसके ज्वरका तापभी उस समय बहुत था, उसके दोनों नथने चलते हुए प्रतीत होते थे, उसके होठोंपर शुष्कता थी, उसने पीड़ाके कारण कई दिनसे शयन नहीं किया था, और वह माताका दूधभी पान नहीं करता था । अतएव हमने उसको समस्त रात्रि वस्त्रों द्वारा छाती, उदर, ग्रीवा और माथेपर ताप पहुंचवाया, जिससे उसे प्रातःके समय एक विद्या हुआ और निद्रा आगयी । इसके अतिरिक्त उसके ज्वरमें न्यूनता होनेसे उसके श्वासकी गतिभी मन्द हो गयी । इसके उपरान्त तीन दिनतक हमने उसको प्रति दिन चार बार दो, दो घंटे ताप पहुंचवाया और उससे आगेके तीन दिनतक प्रति दिन तीन ताप पहुंचानेकी आज्ञा दी । अतः उस समय बालक दूधभी पीने लगा था और कोई अधिक कष्ट नहीं था, केवल कुछ ज्वर शेष रहा था, किन्तु हमको कुछ कार्यवश वहांसे बिजनौर जाना था, इसलिए हम बालकके पिताको ज्वरके अन्ततक क्रमसे उसका ताप करनेका यत्न कह आये थे । परन्तु उसके पिताके न लिखनेके कारण हमने यह ज्ञात नहीं हुआ कि उसका ज्वर कितने दिनमें गया ।

सन् १९१८ ई० में हमारे एक मित्र, जो कि सोमनाके रेलवे स्टेशनपर स्टेशन मास्टर थे, की दो वर्षीय बालिका और सात वर्षीय बालकको श्लेष्मज्वरसे निमोनिया हो गया, और चारों ओर श्लेष्मज्वर फैला होनेसे उनके दोनों एसिस्टेंटभी सोमनासे चले गये थे । इसके अतिरिक्त अन्य स्टाफमेंभी बहुत कमी हो गयी थी । अतः उनको चौबीसों घंटे स्टेशनपर ड्यूटी देने और रोगियोंको संभालनेका काम करना पड़ता था; और उन दिनोंमें हमकोभी रोगियोंसे अवकाश नहीं मिलता था । इस लिए उस समय उनके बालकोंकी चिकित्सा करना बहुतही कठिन था । किन्तु फिरभी हमने ज्यों त्यों प्रति दिन तीन या चार बार ऊष्ण मृत्तिकाके बन्धनोंका

प्रयोग किया, जिससे बालक तीन दिनमें निमोनियाके सकटसे निकल गया, किन्तु बालिकाके आरोग्य होनेमें इस लिए एक सप्ताहसे ऊपर लगा कि उसका रोग बहुत बढ़ गया था; प्रत्युत हमको तो उसके बचनेकी बहुतही कम आशा थी। क्योंकि उसके ओष्ठोंपर पपडिया जम गयीं थी, श्वास थोँकनीके समान चलता था और वह किसीको पहिचानतीतक न थी।

सन् १९१९ ई० में सोमनामे एक ठाकुर महाशयकी लीको निमोनिया हो गया। किन्तु ठाकुर महाशय वहासे दूर किसी अन्य ग्राममें गये हुए थे। इस लिए उनकी माताने सार्यके तीन बजेके समय हमें उसको दिखाया, परन्तु चिकित्सा करनेके विषयमें हमसे कुछ नहीं कहा गया, इस लिए हमभी मौन हो गये; प्रत्युत रात्रिके आठ बजेके समय जब हम उन ठाकुर महाशयके ज्येष्ठ भ्राताकी बैठकमें बैठे हुए थे उनके मित्र एक अन्य ठाकुर देवताने हमसे कहा “आप ००सिंहके घरमें मिट्टी-पानीका इलाज न करियेगा।” अतः हमने इसके उत्तरमें केवल इतनाही कह दिया था—जिसकी नौ सौ बार अटके वह हमसे चिकित्सा कराये, अन्यथा हमें क्या आवश्यकता है जो व्यर्थ चिकित्सा करनेको कहें। यह बात होही रही थी कि इतने मेंही रोगीकी दशा अधिक बिगड़ने लगी, और हमसे उसकी चिकित्सा करनेके लिए अनेक बार आग्रह किया गया, किन्तु हमने उसके पतिकी अनुपस्थितिमें, उस नीचके कहनेके कारण, उसकी चिकित्सा करना उचित नहीं समझा। अन्तमें रोगीकी बत्तीसी बन्द हो जानेके समाचार मिले और हमसे उसकी चिकित्सा करनेको बहुत आग्रह किया जाने लगा। अतः हमकोभी दया आगयी, और हमने उसके पतिके लघु और ज्येष्ठ भ्राताके उत्तरदायित्वपर उसकी चिकित्साका प्रारम्भ किया। उसकी छाती और ग्रीवापर कई घन्टे ताप पहुंचाया गया और घड बन्धनका प्रयोग किया गया, जिससे प्रातः काल होनेतक उसकी बत्तीसी और कण्ठ खुल गया, उसको भले प्रकार चेत हो गया, प्यास एकैक दमन हो गयी, मूत्रका रङ्ग फीका पड़ गया और उसको निद्रा आगयी। ऐसी दशा होनेपर उसके पतिको तार दिया गया। अतः वहभी आगया, और हमारी चिकित्साका महत्त्व देखकर बहुत प्रसन्न हुआ। उसके आनेसे तीन चार दिन पश्चात् ताप और बन्धनका प्रयोग तथा रसीले फलोका सेवन होनेसे निमोनियाके समस्त लक्षण जाते रहे, ज्वरभी उतर गया और वह चलने, फिरने



लगी । किन्तु उसके परिवर्तनमें हमको क्या मिला ? केवल धन और समयकी क्षति । क्योंकि उसके शरीरपर जो हमसे लेकर धड़ बन्धन प्रयोग किये गये थे उनका आज पर्यन्त हमको मूल्य नहीं चुकाया गया, और समस्त रात्रि जो हमने उसके घरपर व्यतीतकी उसकी फीसभी न निकली । इसके अतिरिक्त इसके प्रसादमें उसकी एक विधवा पतोहु जिस प्रकार हमको आचार भ्रष्ट करके हमारे जीवनको कलङ्कित करना चाहती थी उसका कथन करनाभी सम्भ्यताके विपरीत है । परन्तु उसकी इस धृष्टतासे हमको बहुत पाठ मिला । अतः हम उसके निमित्त उसके बहुतही अनुग्रहीत हैं, और उन ठाकुर महाशयकी कृपाओकेभी हम सदाको इस लिए ऋणी रहेंगे कि उनके व्यवहारसे हमको यह अनुभव हो गया कि कार्य निकल जानेपर कोई फीस तो एक ओर रही चिकित्सा सम्बन्धी सामग्रीकाभी मूल्य नहीं देता ।

सन् १९२० ई० में हमारी वर्तमान स्त्रीको मुरादाबादके स्थानपर निमोनिया हो गया था । किन्तु वहा उसकी चिकित्साकी कोई सुविधा न थी, क्योंकि उस समय हम पराधीन थे और किसी बातको कहने या कोई पदार्थ मांगनेका स्वभाव न होनेसे हम कई दिनतक मौन रहे । अन्ततः एक दिन उसका कण्ठ घिर आया और उसका बोलना बन्द हो गया, जिससे उसका ज्येष्ठ भ्राता, जो उस समय वहीं था, बहुत घबराकर रुदन करने लगा । इतनेमेंही हमभी पहुंच गये । हमने उसे धैर्य देकर अंगीठीपर जलको ऊष्ण करके अपनी स्त्रीकी छाती, ग्रीवा और माथेपर ताप पहुंचाना आरम्भ किया, जिससे वह बहुत शीघ्र सचेत हो गयी । इसके उपरान्त हम उसके शरीरसे, रोगके अन्तकालतक, प्रतिदिन दो बार ऊष्ण मृत्तिकाके धड़ बन्धनोंका प्रयोग करते थे, और उसकी शैयाके नीचे बन्धनोंको ऊष्ण रखनेके निमित्त दहकते हुए कोयले रख देते थे । परन्तु वास्तवमें ऐसा करना उचित नहीं था; क्योंकि कोयलेकी अग्नि अधिक तीक्ष्ण होती है । किन्तु क्या किया जाय उस समय जल द्वारा ताप पहुंचानेका प्रबन्ध न होनेसे उसके प्राणोंकी रक्षाके निमित्त ऐसा किया गया था । परन्तु इतना हमने अवश्य किया था कि उसको सर्वप्रकारेण घुली वायुमें रखा था । उसको केवल फलोंका आहार दिया जाता था, इसलिए नित्य उसकी अन्न नियमित रूपसे मल त्यागनेका काम करती थी, और उसे धुवाका भोग होता था । किन्तु उपर केवल इस लिए तेईस दिनतक नहीं उतरा था कि

हम आलस्य वश अगीठीपर जल ऊँग करके उसे ताप पहुचानेमें असमर्थ रहे । क्योंकि यह कुलीपनेके कार्य हमारी सामर्थ्यसे बाहर हैं । इसीसे जो हमारे हाथ द्वारा ताप कराना चाहते हैं वह किमी, किमी समय हमको बड़ेही दुःखदायी प्रतीत होते हैं, प्रत्युत हम प्रायः ऐसे मनुष्योंको ताप करनेकी सम्मतिही नहीं देते जो कि वास्तवमें एक प्रकार पापका हेतु है । परन्तु क्या करें वह स्वयं नेत्रहीन हो जाते हैं । वह यह नहीं विचारते कि हमारा मार्ग केवल सम्मति देना है न कि एक टहलुएके समान ताप आदि पहुचाना । इसीसे हमको कभी, कभी यह पाप कर्म करना पडा है । किन्तु अब हम स्पष्ट पहना सीख गये हैं कि हम केवल सम्मतिही दे सकते हैं, इस लिए कोई हमसे ताप या बन्धनोंका प्रयोग करानेकी आशा न रखे ।

सन् १९२२ ई० के आरम्भ कालमें दिवंगत एक सोलह वर्षीय लड़का निमोनियासे पीडित होकर हमारी चिकित्सामें आया । हमने उसके पिताको दो, दो घण्टे प्रति दिन छाती, उदर और ग्रीवापर ताप पहुचाने और धड बन्धनोंका प्रयोग करनेकी सम्मति दी । यद्यपि उसके दोनों ओरके फुफ्फुस निमोनियासे प्रभावित हो गये थे तथापि उसकी दशा अच्छी थी । इसीसे हमने उसे निरन्तर ताप पहुचानेकी आज्ञा नहीं दी थी । किन्तु यदि निरन्तर बारह, चौबीस, या अड़तालीस घण्टे ताप किया जाता तो उसी क्रमसे उसको शीघ्र लाभ पहुचता । परन्तु हमारी उपरोक्त सम्मतिसे भी दस दिनके भीतर उसके शरीरसे निमोनियाका प्रभाव दूर हो गया था ।

सन् १९२४ ई० में हम आगरेसे पांच मीलपर एक क्षयी रोगीकी चिकित्सार्थ ठहरे हुए, उन्हीं दिनोंमें उस [ रोगी ] के पतिको ज्वर हुआ । वह उस समय आगरे अपने घरपर था । अतः हमको उसको देखनेके लिए आगरे बुलाया गया । हमने ध्यानपूर्वक रोगीको देखा । उस समय उसको प्रायः १०३° से ऊपर तापका ज्वर था, और देखनेसे निमोनियाका प्रारम्भ होनेके लक्षण प्रगट होते थे । उसकी प्यास और कण्ठमें शुष्कता बहुत वृद्धिको प्राप्त हो गयी थी । उसकी कण्ठनालीके मुख और जिह्वापर काटे खडे हुए प्रतीत होते थे और शिरमें असह्य पीडा थी । अतः हम उसको टांगमें डालकर अपने निवास स्थानपर ले गये, और उसके उदर, छाती, ग्रीवा और मस्तकका दो घण्टे ताप करवाया, जिससे ज्यों, ज्यों ताप होता गया त्यों, त्यों ज्वर, शिर पीडा और प्यासके ज्ञानमें न्यूनता होती गयी । सायंकालको फिर दो घण्टे ताप पहुचाया गया, जिससे शिर पीडा और प्यासका

लेशभी न रहा और शरीरका ताप केवल ९९° रह गया था, जो कि दूसरे दिन ताप करनेसे बिम्बित मात्रभी न रहा । इस प्रकार वह रोगी तीन दिनमें अपने रोगसे मुक्त हो गया । किन्तु उसके आरोग्य होनेसे पूर्व उसके पुत्रको चेचक और मोतीझरा हो गया । इस लिए उसको रोगसे मुक्त होनेपर यथेष्ट विश्राम नहीं मिला । परन्तु इसपरभी हमको यह प्रसन्नता है कि उसपर पुनः किसी रोगने आक्रमण नहीं किया ।

सन् १९२३ ई० के अन्तमे हम वसन्त विलास, अम्बेरी ( वम्बई ) में श्री सेठ ००० ००के साथ ठहरे हुए थे, और एक रात्रिको वङ्गलेके दूसरे खण्डके वरेंडामे लेटे हुए उक्त सेठजी हमसे बातें कर रहे थे । इतनेमेही सेठजीका एक नौकर आया और उसने वङ्गलेके मालीको देखनेके लिए कहा । अतः हमने उसको उसी समय जाकर देखा । उसको डबल निमोनिया हो गया था । उसके जीवनकी उस समय बहुतही कम आशा होती थी । क्योंकि उसकी आकृति बहुतही भयानक हो गयी थी, उसका श्वास धोकनीके समान चल रहा था, कई दिनसे उसने विष्टेका त्यागन नहीं किया था, उसके दोनों होठोपर सूखी पपडियां जम रहीं थी, उसको पल, पलपर प्यासका ज्ञान होता था, उसने कई दिनसे शयन नहीं किया था, वह शिर पीडासे बहुत विकल था और धनाभावसेभी दुःखी था । किन्तु यह अच्छी बात थी कि वह सचेत था । अतः हमने उसी समय अर्थात् रात्रिके दो बजे उसको वस्त्रो द्वारा जल ताप पहुंचाना आरम्भ किया, और निरन्तर चार घण्टे ताप किया । फल यह हुआ कि उसकी प्यास दमन हो गयी, शिर पीडा जाती रही, श्वासकी गति ठीक हो गयी और वह निमोनियाकी जोखिमसे बाहर हो गया । किन्तु वह जङ्गली जातिका मनुष्य था इस लिए उसने पीडाके कम होनेपर अगले दिन प्रातः कालको दो, एक घण्टे ताप करानेके उपरान्त फिर उसे वन्द कर दिया, और वह तापसे रोगके निवृत्त हो जानेके हेतु योंही दो, चार दिनमे आरोग्य हो गया । उस रोगीकी चिकित्सा करनेमें हमें सेठ ००० ००के उदार और कृतगामय हृदयका भले प्रकार परिचय हो गया; और उसी दिन हमको पूर्ण विश्वास हो गया कि अब हमारी चिकित्साका प्रचार होनेमे कोई विलम्ब नहीं है । क्योंकि उन्होने उस रोगीके निमित्त ताप पहुंचानेकी सामग्रीके अतिरिक्त उसके ओढ़नेके लिए अपने निजके ओढ़नेके वस्त्र देदिये । उन्होने तनि-

कभी यह गर्व नहीं किया कि एक नीच जातिके रोगीको अपने निजके वस्त्र किस प्रकार देदिये जावे ? उस रात्रिको उन्होने बिना वस्त्रके ओढ़ेही शयन किया था । प्रत्युत वह स्वयं उस मालीकी सेवा करनेको प्रस्तुत थे । हमको ऐसेही मनुष्यकी आवश्यकता थी, जिसके उदार हृदयमे नीचाति नीच रोगीके प्रतिभी सहानुभूति हो । अतएव हमको सेठ ००० ००का मिलना वास्तवमें करोड़ोंकी सम्पत्ति प्राप्त होना है । हम धनकी आवश्यकता होते हुएभी उस मनुष्यको एक धनिककी अपेक्षा कहीं उच्च दृष्टिसे देखना चाहते हैं जो उदारता पूर्वक दीन रोगियोंके प्रति पूर्ण सहानुभूति रखता है; और वास्तवमें मनुष्य वही है जो धनके होते हुएभी दुःखी मनुष्योंके क्लेशोंका अनुभव करके उनके दुःख दूर करनेका प्रयत्न करता है, क्योंकि वनके होतेही बड़े, बड़े विद्वानभी चक्षु हीन हो जाते हैं । उनको अपने भोग, विलासमें किसी दुःखीकी गाथा सुनते हुएभी मृत्यु आती है । नीच कर्मोंमेंही उनका वनव्यय होता है । सुधार्यमें पैसा लगानेसे उनको काला सूप जाता है । यह सब उनके ओछे स्वभावका कारण है ।

### मोतीझरा Typhoid fever.

**यों** तो भारतवर्षमें अविद्याके कारण समस्त रोगोंके दूर करनेमें धूर्तोंने अनेक पाखण्डोंकी रचना कर रखी है, परन्तु मोतीझरे और चेचक आदिमें तो बीसों वैसे ऐसे पाखण्डोंकी रचना की है कि बड़े, बड़े विद्वानभी उक्त रोगोंकी इसके अतिरिक्त कि इधर उधरके देवताओंको मनाते फिरें कोई चिकित्सा नहीं करते । इसीसे सहस्रों बालक चेचक और मोतीझरेसे पीडित होकर कुसमय मृत्युको प्राप्त होने हैं । मोतीझरा कितना भयङ्कर रोग है ? यह जानकरभी जो उसकी चिकित्सा करना नहीं चाहते उनको सूख कहनाही शोभा देता है ।

मोतीझरेमें ज्वरकी अधिकताके कारण ससोंके समान छोटे छोटे, जलके रङ्गके दाने मस्तकपर प्रगट होते हुए ग्रीवा, छाती और उदर आदिपर उतरते हुए नीचेको चले जाते हैं, प्यास बढ़जाती है, शिर पीडा अधिक होने लगती है, ओष्ठोपर शुष्क पपड़ी जम जाती है, कंठ और जिह्वापर काटे प्रतीत होने लगते हैं, और कभी, कभी शरीरका ताप अधिक होनेसे रोगीको अतिसार हो जाता है ।

मोती झरेकी चिकित्सा और पथ्य वही होना चाहिये जो निमोनिया, पेग, श्लेष्म-ज्वर, विशूचिका, चेचक या अन्य तीव्र रोगोंकी होनी चाहिये ।

सन् १९१७ ई० में हमको लखनऊमें एक मोतीझरेका बहुतही विकट रोगी मिला था । वह एक बारह वर्षीय लड़का था, उसके ज्वरका ताप  $104^{\circ}$  था; उसके होठोपर सूखी पपड़ी जम रही थी और प्यासके कारण वह बहुतही विकल था । उसको शिर पीड़ाभी बहुत दुःख दे रही थी, परन्तु ज्वरकी अधिकतासे वह अचेत हो गया था, और उसी दशामें अनाप, शनाप बड़, बड़ाता था । अतः कई चिकित्सक यह कहकर कि वायुमे भरा हुआ है और सन्निपात होगया है, इसलिए उसका वचना कठिन है, उसे छोड़कर चले गये । किन्तु हमने उसमें कोई, कोई लक्षण आशा जनक देखकर उसको अपनी चिकित्सामें लेलिया और निरन्तर चौबीस घण्टेतक उसकी छाती, उदर और माथेपर ताप करवाया गया । इस बीचमें सत्रह घण्टे ताप हो जानेके उपरान्त जब रोगीके ज्वरका ताप  $102^{\circ}$  हो गया तो वह सचेत होकर ठीक, ठीक बात-चीत करने लगा । परन्तु चौबीस घण्टेके उपरान्त वस्त्रों द्वारा जल ताप पहुंचानेवाला परिचारक बहुत थकगया था, इस लिए ताप बन्द कर दिया गया । किन्तु तापके बन्द करतेही कुछ मिनिट्समे ज्वरका ताप  $103^{\circ}$  हो गया और प्राय तीन घण्टेके भीतर फिर  $104^{\circ}$  होनेसे रोगी अचेत होकर बड़, बड़ाने लगा । अतः उसको पुनः ताप देना आरम्भ किया गया और निरन्तर अड़तालीस घण्टेतक ताप करनेसे उसका ज्वर  $99^{\circ}$  तक उतर गया, जिससे उसकी प्यास, शिर पीड़ा और शुष्कता सब दमन हो गयी । उसको शौचसे निवृत्ति प्राप्त करनेकाभी सौभाग्य प्राप्त हुआ और उसका शरीर एकैक हलका हो गया । इसके उपरान्त प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे कई दिनतक उसको ताप पहुंचाया गया और रसीले फल तथा धारोण दूध उसका आहार रक्खा गया था । जब-तक उसको प्यास अधिक थी हम उसको केवल कुछ ऊष्ण तापका ( गुनगुना ) जल पीनेको देते थे । इस प्रकार प्राय आठ दिनमे वह पूर्ण आरोग्य हो गया ।

### महामरी Plague.

प्लेग रोगके अनेक रूप हैं, परन्तु सबसे अधिक हमारे देशवासी ब्यूबोनिक प्लेगसे ही परिचित हैं । इस लिए वह ग्रन्थियोंका प्रगट होनाही प्लेग समझे हुए हैं । किन्तु हमारे विचारसे निमोनिक प्लेग बहुत भयङ्कर होता है । परन्तु फिरभी हमारे मतसे सनस्त तीव्र रोगोंकी एकही चिन्तिता है, अर्थात् यथा शक्ति जन्तु रोगपर विजय प्राप्त न हो जाय शरीरको ताप पहुंचाना । प्राय प्लेग

या अन्य तीव्र रोगोंमें तभीतर चिकित्सा करनेमें सफलता होती है जबतक रोगी सचेत होता है, किन्तु रोगीके अचेत होनेपर वडे अनुभवी चिकित्सककी आवश्यकता है, और फिरभी यह कहना कठिन है कि रोगीके प्राण बचेंगे अथवा नहीं ।

प्लेगसे पीडित सबसे पहिले सन् १९१५ ई० में हमारी चिकित्सामें केवल भङ्गीही आये थे । क्योंकि उन दु सियोंके अन्य चिकित्सक क्यों जाने लगे थे । परन्तु हमको उनकी चिकित्सा करनेमें बहुतही आनन्द आता था । अतः समस्त भङ्गियोंमें हमारी चिकित्साका प्रचार हो गया । वह ताप पहुंचनेकी रीति और बन्धनोके प्रयोगको नले प्रकार समझ गये । अतएव उन्होंने अनेक रोगियोंकी चिकित्सा करके उनके प्राण बचाये । उस समय वह लोग जो उनको स्पर्श करनेसेभी घृणा करते थे, अपने स्वार्थके लिए उनको अपने घर बुलाकर उनसे शरीरपर ताप और बन्धनोका प्रयोग कराते थे । वास्तवमें स्वार्थ ऐसाही होता है । प्लेगका एक रोगी हमको सन् १९१६ ई० में प्रयागके स्थानपर ऐसा मिला था कि उसका कथन करनेके लिए हमको बाध्य होना पडता है । वह एक चार वर्षका बालक था । उसके पिता महाशय एक स्त्री मासिक पत्रिकाके सम्पादक थे । उसकी चिकित्सा करते समय उसकी माताने, जिसका नाम उस पत्रिकाके सहकारी सम्पादकके स्थानमें किसी नीतिवश दिया हुआ था, हमको अनेक प्रलोभन दिये थे । सबसे पहिले तो उसने यही कहा—“ यदि आपकी चिकित्सासे मेरा पुत्र अच्छा हो जावेगा, तो मैं ०००० मे आपका फोटो, जीविनी और इस चिकित्साका महत्त्व प्रकाशित कर दूँगी । ” इसके उपरान्त उसने यह कहा—“ इसके अच्छे होनेपर मैं दारिद्रतासे पीडित रोगियोंकी चिकित्सार्थ चिकित्सा सम्बन्धी सामग्री देनेकी सहायता करूँगी । ” परन्तु उसकी यह प्रतिज्ञाए केवल अपनी चालसे हमको मूर्ख बनानेके लिए थीं । इसीसे वह दुःखी रोगियोंको तो उनकी चिकित्सार्थ क्या सामग्री देती, प्रत्युत उसने हमारे एक प्लेग पीडित दीन यवनको देखने जानेपरभी इस लिए आक्षेप किया था कि कहीं हमारे साथ उसके घर जाने पर प्लेग न आजाय । किन्तु जब हमने उसके प्लेग पीडित बालकके साथ शयन किया था उस समय उसने हमको उस रोगी बालकसे बचनेको नहीं कहा था । ठीक है । उस समय वह कैसे कहती, तब तो निजका स्वार्थ था, अपने घरमें आग लगी थी । पत्रिकामें फोटो आदि के प्रकाशित करनेका प्रलोभन देना व्यर्थही था; क्योंकि हमको इसकी कभीभी इच्छा नहीं थी । परन्तु उसको अपने उस वचनका पालन

करना चाहिये था जो उसने दीन रोगियोंकी चिकित्सार्थ सामग्री देनेके लिए कहा था । किन्तु खेद है उसने हमारे कई बार स्मरण करानेपरभी अपने उस वचनका पालन नहीं किया । हम नहीं कह सकते वह इतनी निर्लज्ज क्यों होगयी । गालियां सुनते हुएभी निर्लज्ज बने बैठे रहना और गांठसे पैसा न निकालना यह केवल उन्हीं लोगोंके काम हैं जो धनकोही भगवान समझे हुए हैं, अन्यथा शिक्षित समुदायका यह काम नहीं है कि वचन देकर उनको लोभवश पूरा न किया जाय, या किसीको उचित अधिकारोंसे वञ्चित रखवा जाय । हमारी सम्मतिमे यदि श्रीमती संपादिका जी कुछ सभ्य हैं तो उनको चाहिये कि अबभी वह अपने वचनोका पालन करें, और अपने इस गुरुतर अपराधके लिए खेद प्रगट करें । इसीमें उनका गौरव है ।

सन् १९२२ ई० में दिल्ली और उसके निकटवर्ती नगरोंमें छेगका अति क्रोप हुआ था, और उस समय हमारी चिकित्साके अनुसार एक कालिजके प्रोफेसर महाशयने अनेक रोगियोंके प्राणोंकी रक्षा की थी । उनके पत्रसे ज्ञात होता है कि उन्होंने एक बहुत बड़े पात्रमे कई मन जल भरकर उबलनेको रख दिया था; और एक हालमे प्रायः सौ रोगियोंको इस प्रकार टबोंमें लिटा दिया था कि निरन्तर उस पात्रमेंसे टबोंमें ऊष्ण जल आनेसे रोगीके समस्त शरीरको ताप पहुँचता रहे । परिणाम यह हुआ कि पिछत्तर प्रतिशत रोगियोंके प्राण बहुतही सरलतासे बच गये । किन्तु हमको गुप्त रीतिसे ज्ञात हुआ है कि चिकित्साकी इस सफलताके कारण उन प्रोफेसर महाशयको बहुत अभिमान हो गया और उनके हृदयमें लोभकोभी यथेष्ट स्थान मिल गया । अतः उन्होंने प्रति रोगी कमसे कम ५० रुपये लेना चाहा । किन्तु दिल्ली कोई इङ्ग्लैण्डका नगर तो थाही नहीं जो प्रति रोगी ५० रु० प्राप्त हो जाते, प्रत्युत उनके करे करायेपर पानी फिर गया और हमारी चिकित्साके प्रचारकोभी भारी धक्का लगा, अन्यथा दिल्लीमे प्रचार होनेके लिए वह बहुतही अच्छा अवसर था । किन्तु उससे हमको एक पाठ यह मिल गया कि अब आगेको हम अपने उत्तरदायित्वपर कभी किसीको अपनी चिकित्सा विधिके अनुसार किसी अन्य रोगीकी चिकित्सा करनेकी आज्ञा उस समयतक नहीं देंगे जबतक वह हमारे नियमोंको पूर्णतः पालन करनेकी शपथ न लेगा । इसीसे जो हमारी चिकित्सा विधिके अनुसार चिकित्साका व्यवस्था करेंगे उनको हमसे प्रमाण पत्र प्राप्त करके प्रत्येक समय अपने निकट रखना होगा ।

## वक्ष रोग Heart diseases.

**हृदय** सम्बन्धी समस्त रोग बहुतही भयानक होते हैं । क्योंकि एक पलको ही भी हृदयकी गतिमें अन्तर आनेसे मृत्युकी सम्भावना रहती है । अतः हृदयमें रोग होनाही नहीं प्रत्युत उसका निर्वल होनाभी बहुत आपत्ति जनक है । इस लिए जो रोगी हृदय सम्बन्धी किसी रोगसे पीडित हो उसे उत्तमोत्तम रसीले और अनुत्तेजक फलोंका आहार करके निश्चिन्त हो छाती और उदरपर ताप अथवा ताप और बन्धनोका प्रयोग करना चाहिये, और यदि शक्ति हो तो अनुकूल समयमें पवित्र वायुके स्थानोपर सामर्थ्यानुकूल टहलना चाहिये । हृदय सम्बन्धी समस्त रोगोंमें विश्रामकी बहुत आवश्यकता है । क्योंकि सामर्थ्यसे अधिक परिश्रम करनेपर रक्तका अधिक सञ्चार होनेके कारण हृदयकी शक्तियोंका अनुचित व्यय होनेसे प्रायः हृदय अपना काम करते, करते एकैक रुक जाता है, जिससे रक्त सञ्चारके बन्द होनेपर वातकी धातुमें हमारी मृत्यु हो जाती है । अनावश्यक बाह्य परिश्रमके अतिरिक्त अधिकांश हृदय रोग उत्तेजक पदार्थोंके आहारपरही अवलम्बित हैं । क्योंकि उत्तेजक पदार्थोंके सेवनसे नाडियोंके उत्तेजित होनेपर हृदयको रक्त सञ्चारका कार्य तीव्र गतिसे करनेको बाध्य होना पड़ता है, जिससे वह थककर शिथिल और कर्तव्य हीन होनेपर अपना काम करना त्याग देता है । इसीसे मदिरा पान करनेके उपरान्त उसकी उत्तेजनासे उत्तेजित होकर रक्तके सञ्चार करनेकी गतिमें वृद्धि होनेसे शरीर बहुत शक्तिशाली प्रतीत होता है, परन्तु हृदयके अधिक परिश्रमके कारण उसके शिथिल होजानेसे मदके पीछे समस्त शरीर गिरा हुआ और शक्तिहीन प्रतीत होता है ।

शरीरके किसी प्रधान अवयवके दूषित होनेपर हमारे समस्त अवयव कुछ न कुछ रोगी हो जाते हैं । इसीसे यदि यकृत दूषित होता है तो फुफ्फुस, वृक्क और हृदय-यादि विकृत हो जाते हैं, यदि वृक्कमें दोष होता है तो यकृत फुफ्फुसादि विकारमय हो जाते हैं, और यदि हृदयमें पीडा होती है तो अन्य अवयवोंमें भी विकार उत्पन्न हो जाते हैं । क्योंकि हमारे समस्त शरीरमें आधे मिनिटमें रक्तका पूर्ण सञ्चार हो जाता है, और उसके द्वारा एक स्थानके दूषित पदार्थोंका कुछ न कुछ भाग अन्य स्थानोंमें अवश्य पहुँच जाता है ।

निबल हृदय वालोंके शरद ऋतुमें प्रायः हाथ, पैर इस लिए ठण्डे रहने लगते हैं कि रक्त सञ्चारकी शक्तियोंके शिथिल होनेसे उन ( हाथ, पैर ) के हृदयसे दूर होनेके



कारण उनको ऊष्ण रखनेके निमित्त उनतक यथेष्ट रक्त नहीं पहुँचता । इसके अतिरिक्त हृदयके शक्ति हीन होनेपर उसकी धड़कनके अतिरिक्त बहुधा हाथ, पैरोंपर सूजन आजाता है और शरीरमें दिनोदिन विषोंकी वृद्धि होती जाती है ।

हृदय रोगसे पीड़ित एक रोगी सन् १९१३ ई० में हमको कोटा ( राजपुताना ) में मिला था । उसकी अवस्था प्रायः पैंतीस वर्षकी थी । वह शरीरका बहुतही निबल था, और उन दिनों साधारण गर्मीसे घबरा जाता था, तीव्र स्वरके शब्दोंको सुनतेही उसका वक्षः कम्पायमान होजाता था, शीतकालमें उसके हाथ, पैर यथेष्ट दुर्तापवाहक वस्त्रोंके प्रयोग करनेपरभी ठण्डेही रहते थे, वह थोड़ी दूर टहलनेकोभी असमर्थ था । अतः हमने उसको मेरू दण्ड \* पर दिनमें तीन बार पाच, पाच मिनिट्सतक शीतल जलका स्नान लेने और रसीले फलोंके सेवन करनेकी सम्मति दी, जिससे पहिले कुछ मासतक शरीरमें प्रतिक्रियाके अधिक होनेसे उसे लाभ और चैतन्यता प्रतीत हुई । किन्तु उसके उपरान्त उसके शरीरका उन्नति प्राप्त करना एकैक रुक गया, प्रत्युत अनेक रोगोंके दौरे होने लगे और

\* ताप पहुँचानेकी चिकित्साका आविष्कार करनेसे पूर्व हम शीतल जलके स्नानोका प्रयोग किया करते थे, और उनकी उत्तेजना द्वारा शरीरमें प्रतिक्रिया उत्पन्न होनेपर उसी प्रकार रोगोंके दूषित कीटोंके समूह अस्तव्यस्त होकर निबल हो जानेके कारण स्वस्थ जीवन-कोषों द्वारा मार दिये जानेसे शरीरका रोग जगता रहता था, जिस प्रकार औषधियोंके प्रभाव द्वारा रक्तकी गतिमें वृद्धि होनेसे पीड़ाके विकृत कर्णोंके समूह छिन्न, भिन्न हो जानेसे नष्ट हो जाते हैं । परन्तु इस प्रकार शीतल जल या औषधियों द्वारा रक्तको अपनी गतिमें वृद्धि करनेके निमित्त प्रकृतिक नियमके विपरीत बलात् उत्तेजित करनेसे नाडियों और शरीरके समस्त अवयवोंको कर्तव्य हीन और शिथिल बनाना है । इसीसे शीतल जल चिकित्सा और औषधियोंका प्रभाव एकही है, और जैसे मदिराका प्रयोग करते, करते हमको मदका अनुभव नहीं होता वैसेही शीतल जलसेभी कुछ दिनके उपरान्त शरीरमें प्रतिक्रिया न होनेसे रोगोका अन्त नहीं होता । इसके अतिरिक्त रोगकी दशामें शरीरका ताप कुछ ऊष्ण होनेसे उस समय प्रकृतिही शीतल जलके स्नानकी आज्ञा नहीं देती । अतः शीतल जल क्रियाओंके इन्हीं अवयवोंको देखकर हमको ताप पहुँचानेकी प्राकृतिक चिकित्साका आविष्कार करना पड़ा । किन्तु बहुत समयतक हम ताप पहुँचानेकी चिकित्साके साथ मुख्यतः शीतल जल क्रियाओंका प्रयोग करते रहे थे । इसीसे उस रोगीको मेरू दण्ड स्नानकी सम्मति दी थी

दिनोदिन उसको निर्वलता घेरती गयी । अतः उसने हमको समस्त विवरण लिखा और हमने शीतल जल क्रियाओंके दोषोपर कुछ अधिक विचार करना आरम्भ किया । परन्तु प्रकृतिकी आज्ञा होते हुएभी हम हृदय और नेत्र सम्बन्धी रोगियों पर अपनी ताप पहुँचानेकी चिकित्साका अनुभव करनेका साहस न करते थे । किन्तु अन्ततः हमने उसको प्रत्येक मेरू दण्ड स्नान लेनेके उपरान्त ऊष्ण मृत्तिकाके धड बन्धनोका प्रयोग करनेकी सम्मति दी, जिससे उसे बहुत लाभ पहुँचा । उसकी पाचन शक्ति नियमित रूपसे कार्य करने लगी, उसके हृदयकी धडकन बहुत कम हो गयी, और उसको नवजीवन प्राप्त होना आरम्भ हुआ । अतएव तभीसे हमारे अनेक मिथ्या विचारोंका अन्त हो गया और हमने स्वतन्त्रता पूर्वक उसे मेरू दण्ड स्नानको त्यागने और उनके स्थानमें आध, आध घण्टे छाती और उदरको वल्लो द्वारा जल ताप पहुँचानेकी सम्मति दी, जिससे उसको हमारी कल्पनासे बाहर लाभ हुआ । इस लिए तभीसे हमने प्रत्येक रोगमें तापका पहुँचानाही उचित समझा । परन्तु उस समयभी हमारे मस्तिष्कमें यह बात घुसी हुई थी कि जिस प्रकार एक वृक्षको चैतन्य करनेके लिए शीतल जलदिकी आवश्यकता है उसी प्रकार रोगीको चैतन्य करनेके लिएभी शीतल जल क्रियाओंका होना परमावश्यक है । किन्तु हम यह विचारनेको असमर्थ थे कि रोगकी दशामें शरीरकी प्रकृति ऊष्ण होनेसे उस समय शीतल क्रियाओंका उसपर कितना बुरा प्रभाव पड़ता है । इसीसे प्रायः सन् १९१७ ई० के निकटतक हम कुछ, कुछ मेरू दण्डके शीतल स्नानोंका प्रयोग कराते रहे । परन्तु सन् १९१८ ई० में श्लेष्मज्वरके फैलनेपर उससे पीडित रोगियोंपर शीतल जल क्रियाओंका प्रयोग करनेसे हमने, उनके दोषोंको देखकर और उन्हें रोगियोंकी प्रकृतिके प्रतिकूल जानके, एक ओरसे उनका वहिष्कार कर दिया, और हमको भले प्रकार विदित हो गया कि शीतल जल या वायुका स्नान अथवा सेवन केवल आरोग्य मनुष्योंकाही आहार है, किन्तु रोगियोंके निमित्त वह विषसेभी अधिक तीक्ष्ण है । हम समझ गये कि रोगीके लिए केवल उतनीही शीतलता उपयोगी हो सकती है, जितनी वह बिना कष्टके सहन कर सकता है, और जिससे अनावश्यक उत्तेजनाका ज्ञान नहीं होता । अतः सन् १९१८ ई० से हमें तापकी चिकित्साके अनेक महत्त्व प्रगट हुए और हमको यह अनुभव हो गया कि सद्यः अर्थात् अनुत्तेजक तापका जितने अधिक कालतक प्रयोग किया जायगा उतनाही अधिक लाभ होगा । यद्यपि यहाँ

चात पहिलेभी हमारे मस्तिष्कमें घुसी थी, और इसीसे ऊष्ण मृत्तिका बन्धनके नीचे हमने चौबीसों घण्टे उसके ऊष्ण तापको रोके रहनेके लिए दुर्तापवाहक ऊनी वस्त्र प्रयोग करनेकी सम्मति दी थी, जिससे शरीरसे मृत्तिका बन्धन खोलनेपर उसकी मिट्टीपर हाथ रखनेसे कुछ न कुछ ऊष्ण प्रतीत होती थी, तथापि हम यह नहीं समझे थे कि उसका ऊष्ण ताप हमारे रोगोंका अन्त करनेको यथेष्ट नहीं था । इसी कारण वरु हम बहुत दिनतक जल तापकी अपेक्षा मृत्तिका बन्धनोंको इसलिए अधिक महत्त्व देते रहे कि उनका प्रयोग उसकी अपेक्षा सुलभ था । किन्तु जब हमने देखा कि मृत्तिका बन्धनोंमें समय अधिक नष्ट होनेपरभी इच्छानुकूल लाभ नहीं होता तो हमने टव अथवा वस्त्रों द्वारा ताप पहुंचानेपर अधिक बल दिया । यद्यपि हम कई वर्ष पहिलेसे बहुधा जल तापका प्रयोग करते थे तथापि उसका पूर्ण महत्त्व हमको अधिक तर उपरोक्त हृदय रोगसे पीड़ित रोगीकी चिकित्सा करनेपरही समझमें आया था । परन्तु इसपरभी वह रोगी सन् १९१८ ई० तक हमारी चिकित्सामें वृथाही लटकता रहा । क्योंकि कभी, कभी हमारे मस्तिष्कमें इस लिए सूखताके मिथ्या विचारोंकी उत्पत्ति हो जाती थी कि हम यह ध्यान करने लगते थे कि हृदयपर तापसे निश्चय वही प्रभाव होना चाहिये जो फूलकी पंखड़ियोंपर ऊष्ण जलका त्रिन्दु डालनेसे होता है । अतः हम कभी उस रोगीको ताप करनेकी सम्मति दे देते थे और कभी उसको बन्द कर देनेको लिख देते हैं । परन्तु इस बीचमें औरभी अनेक हृदय पीड़ित रोगी, जिनमेंसे एक रोगीकी दशा बहुतही गिरी हुई थी, हमारी चिकित्सामें आये और हमने उनको शीतल जल क्रियाओंकी अपेक्षा प्रतिदिन दो, दो तीन, तीन बार दो-दो, तीन-तीन घण्टे वस्त्रों या टव द्वारा ताप पहुंचाने एवं अति रसीले और अनुतेजक फलोंका सेवन तथा बन्धनोके प्रयोगकी अनुमति दी थी, जिससे उनको बहुत शीघ्र लाभ हो गया था । किन्तु उन रोगियोंमेंसे कोईभी ऐसा सज्जन नहीं था, जो हमको अपने आरोग्य होनेकी सूचना देता । क्योंकि प्राय रोगियोंका यह अनुमान होता है कि यदि किसी चिकित्सकसे लाभ हो जाय तो उसे इस लिए मुंहभी न दिखाना चाहिये कि सम्भव है उससे मिलनेपर लज्जावश उसकी कुछ भेंट करना पड़े । परन्तु अन्तमें धीरे, धीरे हमको सन् १९१७ ई० के अन्ततक उन समस्त रोगियोंके आरोग्य होनेके समाचार मिल गये, और तभीसे हमारे मस्तिष्कसे शीतल जल क्रियाओं द्वारा चिकित्सा करनेके मिथ्या विचार

दूर हो गये । अतः हमने कोटेवाले हृदय रोगसे पीडित रोगीको टब द्वारा निरन्तर एक सप्ताह तक ताप लेने और उसके पश्चात् दिनमें दो, दो बार दो, दो घण्टे ताप और उसके उपरान्त बन्धनोका प्रयोग करने, और फिर क्रमसे जितना लाभ होता जाय उतनाही तापका समय कम कर देनेकी सम्मति दी । अतः चार मासमें उसका हृदय रोगसे छुटकारा हो गया और कुछही दिनमें रसीले फलोके आहारसे उसके शरीरमें यथेष्ट मांस और रक्तकी उत्पत्ति हो गयी । यद्यपि हमारी भूलसे उसकी चिकित्सामें बहुत विलम्ब हुआ, परन्तु उस विलम्बके कारण हमको अपार लाभ हुआ । क्योंकि फिर हमारा विश्वास अपनी ताप पहुंचानेकी चिकित्सा विधिमें इतना दृढ़ हो गया कि हम बड़े, बड़े भयङ्कर रोगोंमें विना कुछ विचारे तापका प्रयोग कराने लगे, और कभी, कभी तो आशासे अधिक फल प्राप्त हुआ, प्रत्युत किसी, किसी समय हमारी चिकित्साको प्रायः मनुष्य दैविक शक्ति कहकर सम्बोधन करते रहे हैं । हमारे सब भ्रम नष्ट हो गये और हम भले प्रकार समझ गये कि एक मात्र तापका पहुंचानाही समस्त रोगोंकी निर्विघ्न चिकित्सा है । हमारा विश्वास हो गया कि तापके अतिरिक्त अन्य कोई चिकित्सा शीघ्र लाभ नहीं पहुंचा सकती । इसीसे हम उस रोगीके बहुत ऋणी हैं, जिसने धैर्यके साथ प्रायः पांच वर्ष तक हमारी चिकित्सा की ।

### आमाशयिक रोग . Stomach diseases.

**आ**माशय कैसा उपयोगी और आवश्यक अवयव है—इसके कहनेकी तो कोई आवश्यकताही नहीं । क्योंकि भोजन द्वारा हमारे शरीरका पोषण होनेका आधार एक मात्र आमाशयपरही निर्भर है । अतः आमाशयकी क्रियाओमें विघ्न उपस्थित करना ऐसाही है जैसे किसी वृक्षकी मूलको डीम लगाना । परन्तु इसपरभी हम आमाशयकी ओरसे सदा उपेक्षासेही काम लेते हैं, हम ठूस, ठूसकर खानेपरभी सन्तोषसे काम नहीं लेते, हम खाद्य और अखाद्य समस्त पदार्थोंको भट्टीके समान उदरमें झोक देते हैं, हम कटु तथा अन्य दूषित, विषैले दुर्गन्धित एवं कत्रिम पदार्थोंको बुद्धिके होते हुएभी अपनी मूर्खतासे भक्षण कर जाते हैं, और जैसे बड़े, बड़े विशाल नगरोंमें निवास करके हम प्रत्यक्ष रूपसे मल, मूत्रादिसे मिश्रित वायुका सेवन करते हैं, वैसेही अपनी सभ्यता वश हम अपवित्रसे अपवित्र पदार्थोंका आहार करते हैं, जिससे आमाशयको सामर्थ्याधिक

कार्य करना पड़ता है, उसमें घाव और छाले पड़ जाते हैं, दाह होने लगती है, और उसके रसों एवं शक्तियोंका कोप व्यय होनेसे धीरे, धीरे उसकी भीत उसी प्रकार कठोर, निर्जीव और कर्तव्यच्युत हो जाती है, जिस प्रकार हाथसे कठोर कार्य करनेपर हस्त-तलकी त्वचा जीवन् हीन हो जाती है; और जैसे ज्यों, ज्यों हाथसे कड़ा कार्य करते हैं त्यों, त्यों हस्त-तलका चाम निर्जीव होनेपर उतनेही अधिक तीव्र अस्त्र द्वारा काटनेपर रक्त निकाला जा सकता है वैसेही हम जितने तीक्ष्ण और अभक्ष्य पदार्थोंका सेवन करते हैं उतनीही आमाशयकी भीत कठोर और जीवनसे वञ्चित होनेपर उतनेही अधिक तीक्ष्ण पदार्थ सेवन करके भोजनके पाचनार्थ उससे रसोंके निकालनेकी आवश्यकता होती है; और धीरे, धीरे उससे समस्त जीवन शक्तियोंके विदा होनेपर तीक्ष्णाति तीक्ष्ण पदार्थभी रसोंका स्राव करानेको उसी भांति असमर्थ होते हैं जैसे हाथकी त्वचा अधिक निर्जीव हो जानेपर तीक्ष्णाति तीक्ष्ण श्रेणीके सोडेकाभी उसपर दुःख देनेवाला प्रभाव नहीं होता । अपरञ्च अभक्ष्य पदार्थोंके सेवनसे आमाशयके कर्तव्य हीन हो जानेसे जब भोजनके पाचनार्थ रसोंका स्राव नहीं होता या कम होता है अथवा भोजनकी मात्रा उसकी सामर्थ्यसे अधिक होती है तो भोजन पाचनमें आनेकी अपेक्षा सड़ने लगता है, और उस सड़नसे आमाशयमें शनैः, शनैः ऐसे विपैले और तीक्ष्ण अमल एवं गैस उत्पन्न हो जाते हैं, जिनसे कठोरसे कठोर पदार्थोंका पाचनभी बड़ी सरलतासे हो जाता है । परन्तु इसका परिणाम इसके अतिरिक्त और कुछ नहीं कि अपवित्र पदार्थोंका विपैले पदार्थों द्वारा पाचन होनेपर दिनोदिन हमारा रक्त दूषित होता जाता है, जिससे आमाशयके अतिरिक्त यकृत, फुफ्फुस, वक्ष, मस्तिष्क, वृक्क और अन्त्रादि समस्त अवयव कर्तव्य च्युत और अनेक व्याधि युक्त होते चले जाते हैं । संग्रहणी, विश्लुचिका, अर्श, शिर पीडा, जलोदर, पाण्डू, प्रदर, वमन, अतिसार, मुखमें छाले, गठिया, शरीरका फूलना और प्रमेहादि अनेक रोगोंका होना आमाशयिक विकारोद्दीर्घपर अवलम्बित है । अतः आमाशय सम्बन्धी समस्त रोगोंमें चिकित्सा करनेसे पूर्व उसी प्रकार रोगीके भोजनकी ओर ध्यान देना है, जिस प्रकार फुफ्फुस सम्बन्धी रोगोंमें रोगीके सेवनार्थ स्वच्छ वायुकी ओर दृष्टि पात करना है । क्योंकि सबसे पहिले आमाशयको विश्राम देकर उसे नवजीवित और चैतन्य बनाना है । इसके अतिरिक्त उसके विकारोंको दूर करके स्वच्छ करना

है । अपरञ्च उसको इस योग्य बनाना है कि वह नियमित रूपसे अपना कर्तव्य पालन करसके और उसकी वीत शक्तियोंके स्थानमे पुनः शक्तियोंकी उत्पत्ति और वृद्धि हो जाय । अतः आमाशयको विश्राम देके उसके दोषोको दूरकरने, उसे चैतन्य और शक्तिशाली बनाने और उससे नियमित रूपसे कर्तव्य पालन करानेके निमित्त केवल सूक्ष्म और रसीले फलोंपरही निर्वाह करनेकी आवश्यकता है ।

आमाशयिक मन्द रागोंकी दशामे यदि फुफ्फुस आदि सम्बन्धी रोग न हो तो वृद्धों द्वारा केवल उदरपर ताप और बन्धनोका प्रयोगही यथेष्ट है । परन्तु फुफ्फुसादि रोगोंके होनेपर छाती और उदरपर ताप होना आवश्यक है । यदि आमाशयिक रोगोंमे छातीके भीतरके अवयवोमे दोष नभी हो तोभी समस्त शरीरको टव द्वारा या केवल छाती और उदरको वृद्धों द्वारा ताप पहुंचाना बहुत लाभप्रद है । एक तापके उपरान्त निरन्तर दूसरे तापके समयतक यदि धब्ब या उदर बन्धनोका प्रयोग रक्खा जाय तो केवल तापकी अपेक्षा शीघ्र लाभ होता है ।

आमाशयिक तीव्र रोगोंमे यथा शक्ति टव द्वारा समस्त शरीरका अन्यथा न्यूनाति-न्यून छाती और उदरका वृद्धों द्वारा ताप होना चाहिये । यदि रोग अति तीव्र दशामें हो तो निरन्तर कई घण्टेतक ताप करनेकी आवश्यकता है । इसीसे विशूचिका सरीखे रोगोंमें कभी, कभी रोगीको निरन्तर बारह, चौबीस, अड़तालीस, बहत्तर या उससेभी अधिक घण्टे अर्थात् जवतक रोगी जोखिमसे न निकलले ताप पहुंचानेकी आवश्यकता होती है । अतः जितना तब रोग हो उतनेही अधिक कालतक निरन्तर ताप पहुंचानेकी आवश्यकता है ।

आमाशयिक रोगोंसे पीडित रोगियोंकी गणना करना बहुतही कठिन है । क्योंकि आज पर्यन्त जितने रोगी हमारे निकट आये हैं उनमेंसे कोईभी ऐसा नहीं था जो आमाशय सम्बन्धी रोगोंसे पीडित न हो । इस लिए उनकी चिकित्साका विशेष विवरण उन्ही रोगोंके साथ देना उचित है जिनका मूल कारण आमाशयका दूषित होना था ।

आमाशयिक पीडासे क्लेशित एक रोगी हमारी चिकित्सामें सन् १९१३ ई० में राधोगढ राज्य ( गुना ) में आया था । उसकी आयु प्रायः तीस वर्षकी थी । उसके आमाशयमे दाहके कारण उसके मुखमे अनेक छाले हो गये थे । मुहसे प्रत्येक समय लार बहती रहती थी । कभी, कभी दाहकी अधिकतासे सूत्रका त्यागन

करते हुएभी बहुत दाह और कष्ट प्रतीत होता था । प्रायः शिर पीड़ा और जुकामभी उसे बहुत दुःख देता था । गुदा द्वारा बहुत तीक्ष्ण और दुर्गन्धित गैसोंका प्रवाह होता था, उसकी जिह्वा मलसे खेद रहती थी और दांतोंका वर्ण बहुत कुछ स्वच्छ करनेपरभी पीला रहता था । इसके अतिरिक्त तीक्ष्ण गन्धित पदार्थ सेवन करनेपरभी उसके मुखमें बड़ी तीव्र गन्ध प्रतीत होती थी । अतः हमने उसको प्रति दिन दो, दो घण्टे ग्रीवासे उदरतक बच्चों द्वारा ताप पहुंचाने और केवल रसीले और अनुत्तेजक फल सेवन करनेकी सम्मति दी । निदान दो सप्ताहके भीतरही उसके मुंहसे लार जाना बन्द हो गया, मुखके छाले और घाव लुप्त हो गये, मूत्राशयकी दाहका इति हो गया और मुंहका स्वाद पहिलेकी अपेक्षा बहुत हलका रहने लगा । चौथे सप्ताहतक उसकी शिर पीड़ाओं और जुकामकाभी सदाको अन्त हो गया, और गुदा द्वारा अपवित्र गैसोंका प्रवाहित होना बन्द हो गया । छठे सप्ताहके उपरान्त उसके दात विना मज्जन कियेही स्वच्छ रहने लगे और उसके मुखसे दुर्गन्ध प्रतीत होना जाता रहा । किन्तु इसपरभी हमने उसको निरन्तर छः मासतक सपथ चिकित्सा करनेकी सम्मति दी थी ।

एक रोगीने जो कि आमाशयिक पीड़ासे विकल था सन् १९१७ ई० में, जब कि हम एक इञ्जीनियर महाशयके श्वास रोगसे पीड़ित पुत्रकी चिकित्सार्थ ववियाल (अम्बाले) गये हुए थे, हमको बुलाया । अतः हमने जाकर देखा तो वह पीड़ाको सहन न कर सकनेके कारण हाय, हायका शब्द कर रहा था । उसको मूत्र रुक गया था और कई दिनसे विष्टाभी न हुआ था । अम्बाले छावनीके डाक्टरनेभी उसका कष्ट दूर करनेके लिए वृथाही कई दिन प्रयत्न किया था । हमने उसको देखतेही आमाशयको विकारमय जानकर ताप पहुंचानेमें सुविधा न होनेके कारण उसके शरीरपर ऊष्ण मृत्तिकाके उदर बन्धनका प्रयोग कराया, जिससे उसको बाधनेके उपरान्त तरक्षण उसका मूत्र और विष्टा पात हो गया । अतः उसको उगी समय इस लिए निद्रा आगयी कि उसको नल, मूत्रके त्यागनसे पीड़ाके स्थानमें सुख पहुंचा और वह कई दिनका जागा हुआ था । दूसरे दिन जब वह पूर्णतः शयन करके उठा उसे कोई कष्ट न था, परन्तु उसने हमारी आज्ञाके विपरीत अनार या अङ्गूर सरीसों सूख, रसीले और अनुत्तेजक फलोंके स्थानमें सेव सरीखा भारी फल सेवन कर लिया । अतएव सेवके तत्पश्चात् उसकी अन्त्रमें पीड़ा उठ खड़ी हुई

और भूत्राशयमें विकल करनेवाली दाह उत्पन्न हो गयी । अतः हमसे सम्मति ली गयी, किन्तु हम उसके कुपथ्य वश उसकी चिकित्सा नहीं करना चाहते थे, तथापि उसके क्लेशको देखकर हमको दया आगयी । अतः हमने निरन्तर कई घन्टेतक उसके उदरपर ताप पहुंचाया, जिससे प्रायः आठ घन्टेके उपरान्त उसको विष्टा होनेसे समस्त पीडाका लोप हो गया, और प्रति दिन दो बार मृत्तिका बन्धनोका उदरपर प्रयोग करनेसे धीरे, धीरे उसकी पाचन शक्तिमें भी उन्नति होने लगी । किन्तु वह कोई एक सप्ताहही सुख पूर्वक रहा होगा कि उसने हमारी आज्ञाके विपरीत दूध-चावल सेवन कर लिये, जिससे उसके उदरमें कुछ पीडा उठ खड़ी हुई और भूत्रभी दाहके साथ आने लगा, परन्तु उसने इस बातका कुछ ध्यान न करके अगले दिन फिर गैहूका दलिया और दूध सेवन किया । क्योंकि वह मूर्ख यह नहीं समझता था कि आमाशयमें दाह होनेकी दशामें दलिया या चावल क्या हानि पहुंचा सकते हैं; और हमारे कोटि बार समझानेपर भी उसकी समझमें एक न आयी । अतः उसकी पीडाओंमें अति वृद्धि हो गयी और हमने भी उसकी चिकित्सासे हाथ खींच लिया ।

सन् १९१८ ई० में दिल्लीके स्थानपर एक दिन हमारे पिताको केवल लारके समान जलकी वमनका होना आरम्भ हुआ । उनको दिनके दस बजेसे सायंक के तीन बजेतक प्रायः आठ, दस बार वमन हो चुकी थी । अन्तमें एक इञ्जीनियर महाशयके कहनेपर उन्होंने हमारी चिकित्सा करना अङ्गीकार किया । अतएव हमने उनके उदर और छातीपर प्रायः दो घन्टेतक ताप पहुंचाया और उसके उपरान्त उदरपर मृत्तिका बन्धनका प्रयोग किया, जिससे एकैक उनको वमन होना बन्द हो गया । किन्तु आमाशयके दूषित होनेसे उनके मुखका स्वाद विगडा हुआ था । इसलिए वह दो दिनभी पथ्यसे न रहने पाये । अतः उनकी फिर वही दशा होने लगी । किन्तु हम उनकी वह दशा देखकर तुरन्त उनको दिल्लीसे काठियावाड़ ले गये, जिससे दिल्लीसे गाडीके चलतेही उनको स्वच्छ वायु प्राप्त हुई और उनकी समस्त पीडाओंका अन्त हो गया । अतः नगरोकी दूषित और विषैली वायुमें निवास करने-वालोंके लिए यह एक शिक्षाप्रद घटना है ।

### विशूचिका cholera.

**आ**माशय सम्बन्धी समस्त तीव्र रोगोंमें हमारे मतानुसार विशूचिका बहुतेही दुष्ट रोग है । क्योंकि इसके संक्रामक होनेसे कुछही सप्ताहमें



घरके घर और नगरके नगर ऊजड़ हो जाते हैं; और जहांतक उसके दूषित कीटोंकी पहुंच होती है वह फैलता जाता है ।

विशूचिकाके फैलनेका कारण उस दूषित भोजन, वायु और जलका सेवन करना है जिसमें ऋतु आदिके अनुसार विशूचिकाके कीटोंकी उत्पत्ति हो जाती है । इसके अतिरिक्त अन्य जीवभी विशूचिका रोगको फैलानेमें सहायक होते हैं । इसीसे विशूचिकाके रोगीकी वमनपर बैठी हुई मक्खी यदि किसीके भोजनपर आ बैठती है तो उसे तत्क्षण विशूचिका हो जाता है । क्योंकि मक्खी वमनको चूसना आरम्भ करती है और इतना अधिक चूसती है कि वह उसको पाचनमें लानेसे पूर्व गुदा द्वारा त्याग देती है । अतः विशूचिकाके दूषित कीट, जो किसी रोगीकी वमनमें होते हैं, पाचनमें न आनेके कारण मक्खीके विष्टे द्वारा ज्यों उन पदार्थोंपर आजाते हैं जिनपर मक्खी बैठती है, और उनके सेवन करने वालेको तत्क्षण विशूचिका हो जाता है । अपरञ्च धुआंसे अधिक एवं गरिष्ठ पदार्थभी विशूचिकाके हेतु होते हैं ।

विशूचिका प्रायः उन्हीं स्थानोंमें होता है जिनके नीचाईपर होनेसे सीलनके कारण विशूचिका संवन्धी कीटोंकी उत्पत्ति होनेमें सहायता मिलती है, या जहांकी भूमि पोली अथवा दूषित पदार्थोंसे परिपूर्ण होती है, या जहांपर वानस्पतिके पदार्थ सड़ते रहते हैं । इसके अतिरिक्त सड़े और दूषित फलों, शाकों तथा अन्य पदार्थोंके सेवन, मदिरादिका अधिक पान, अपवित्र रीतिसे निवास और विशूचिकाके रोगियोंके साथ रहन-सहन करनेसेभी विशूचिकाकी उत्पत्ति होती है ।

विशूचिकामें जलके समान वमन और विरेचन होता है, हाथ-पैर कम्पायमान होने लगते हैं, ऊपरसे शरीरका ताप शीतल प्रतीत होने लगता है, नेत्र भीतरको बैठते हुए दीखते हैं, और रोगके भयङ्कर हो जानेपर दांत और होठ नीले हो जाते हैं, कण्ठका स्वर बोलते समय बहुतही बैठा हुआ प्रतीत होता है ।

वस्तुतः विशूचिकाके रोगीको बहुत तीव्र ज्वर होता है । इसीसे उसकी ऊष्णता द्वारा आमाशय और अन्त्रादिके जीवन-कणोंका जलमें परिवर्तन हो जाता है, और उसीके कारण वमन, विरेचन होता है । किन्तु ऊपरसे शरीरका ताप इस लिए शीतल प्रतीत होता है कि ज्वरकी अधिकतासे रक्त संचारकी गतिमें वृद्धि होनेसे नाड़ियोंके शिथिल हो जानेपर शरीरकी त्वचातक रक्तका संचार होना बन्द

हो जाता है। अपरन्तर् ज्वरसे उत्तेजित होकर नाड़ियोंके अधिक काम करनेपर शरीरका शक्तियोंका बहुतही शीघ्रतासे अन्त हो जाता है। इसीसे विश्वचिकित्सासे पीड़ित रोगी बहुतही जोड़े समयमें ऐसी दशाको प्राप्त हो जाता है कि वह उठने, बैठनेकोभी समर्थ नहीं होता।

प्रायः चिकित्सक विश्वचिकित्सासे पीड़ित रोगियोंको वमन, विरेचन वन्द करनेकी औपविया देते समय बड़ी भूल करते हैं। क्योंकि विपैले पदार्थोंको अमाशय या अन्त्रादिमें रोकना रोगीके साथ उपकारके स्थानमें अपकार करना है।

विश्वचिकित्सासे पीड़ित रोगोंकी चिकित्सा करना बहुतही कठिन समस्या है। क्योंकि प्रथमतो वमन, विरेचनसेही परिचारकोको भय प्रतीत होता है, द्वितीय टव द्वारा ताप पहुंचाना इस लिए कठिन है कि रोगीको टवमें वमन, विरेचन हो जानेसे तुरन्त टवके जलको फेककर पुन ऊष्ण जलसे टवको भरनेकी आवश्यकता होती है, और वल्लो द्वारा ताप पहुंचानेसे टवकी अपेक्षा कम लाभ होता है। तथापि यथा शक्ति टवसेही ताप पहुंचानेका प्रयत्न करना चाहिये, और एक बड़े पात्रमें यथेष्ट ऊष्ण जल इस लिए रक्खना चाहिये कि यदि रोगीके वमन, विरेचनके कारण टवका जल दूषित हो जावे तो पुन उसमें भर दिया जाय। परन्तु यदि ऐसा करना सम्भव न हो तो वल्लो द्वारा छाती और उदरको शीघ्र, शीघ्र कई, कई घण्टे ताप पहुंचाकर धड बन्दनोका प्रयोग करना चाहिये। किन्तु यदि रोग अति तीव्र हो तो निरन्तर बारह, चौबीस, अडतालीस, बहत्तर या उससेभी अधिक घण्टेतक ताप पहुंचाना चाहिये।

विश्वचिकित्सासे पीड़ित रोगियोंको जबतक कि वह जोखिमसे बाहर न होले कोई आहार देना बुद्धिके विपरीत है। अतः जब रोगीके शरीरसे विश्वचिकित्साके लक्षण दूर होले और उसको तीव्र क्षुधाका ज्ञान हो तो कई दिनतक केवल अनार खिलाकर उसके बीज थुक्वा दिये जावें या अन्य कोई सूक्ष्म, रसीला और अनुत्तेजक फल दिया जाय, तद् उपरान्त क्रमश धीरे, धीरे अन्य फल दिये जावें।

विश्वचिकित्साका एक रोगी हमको लाहौरके स्थानपर सन् १९१२ ई० के मध्यमें मिला था। उस समय हम एक यवन हकीमके यहां मोची दर्जाज्में ठहरे हुए थे, और वह रोगी उस हकीमकी चिकित्सामें था, किन्तु वह हकीम उसकी ओरसे हताश हो लिया था। अतः हमने उस रोगीको अपनी चिकित्सामें लेलिया, जिससे उन हकीम देवताके शरीरमें कुढ़कर आग लग गयी। किन्तु वह हमारे पिताके बहुत पुराने मित्र थे, इस लिए

हमसे कुछ न कह सके । वह रोगी एक अठारह वर्षीय नवयुवक था, उसको विश्चिकासे पीड़ित हुए छत्तीस घण्टे व्यतीत हो चुके थे, उसमे उठने, बैठनेकी किञ्चित् मात्रभी शक्ति न थी, उसने बहुत कालसे मूत्रका त्यागन नहीं किया था, उसका शरीर हाथ फेरनेसे शीतल प्रतीत होता था, उसको जलके समान धन्टेमें कई बार वमन, विरेचनका क्लेश भोगना पड़ता था, वह प्याससे बहुत विकल था, और उसके ओष्ठों, दन्तो एवं नखोंका वर्ण कुछ श्याम प्रतीत होता था । हमने निरन्तर उसको अडतालीस घन्टेतक ताप पहुंचाया, जिससे उसके शरीरकी आन्तरिक दाहके कम होनेसे नाडियोंको यथेष्ट विश्राम मिलनेपर उनकी शिथिलता दूर होनेके कारण रक्त सञ्चारकी गति ठीक होनेपर धीरे, धीरे शरीरके ऊपर ऊष्णताका आना आरम्भ हुआ; दाहसे जो मूत्र जल जाता था, या जिसका वनना बन्द होगया था उसके कम होनेपर चौबीस घन्टेके भीतरही हो गया; वमन विरेचनकी एक घन्टा ताप पहुंचनेपरही बहुत कमी हो गयी थी और चार घन्टेके भीतर उनका होना पूर्णतः बन्द हो गया; छठेसे आठवें घन्टेतक उसकी बढी हुई प्यास सर्वथा लुप्त हो गयी; पांचवे घन्टेतक उसके होठों आदिके रङ्गमें परिवर्तन होनेसे उसके जीवनकी बहुत कुछ आशा प्रतीत होने लगी थी; और ताप करनेसे थोड़ेही कालके उपरान्त उसके कण्ठ, के स्वरसे यह विदित होता था कि उसका जीवन आपत्तिसे बाहर हो लिया है । अडतालीस घन्टेके उपरान्त उसके शरीरसे कोई विश्चिकाका लक्षण प्रगट नहीं होता था । परन्तु इसपरभी हमारी आज्ञानुसार उसे कई दिन पथ्यसे रक्खकर नित्य प्रति एक घन्टा ताप पहुंचाया जाता था । किन्तु उसको एक सप्ताहके उपरांत फलोके स्थानमे अन्न दिया जाने लगा, जिससे वह कई मासतक निर्वल रहा ।

सन् १९१८ ई० में जब हम सोमना रहते थे, अलीगढ़में विश्चिकाका प्रकोप हुआ । अतः एक युवक अपनी माताकी चिकित्सार्थ हमको अलीगढ़ लेगया । उसको उसी दिन विश्चिकाकी पीडा हुई थी और रोगकी भयंकर आकृतिके कारण कुछही घन्टोंमें कई वैद्य और डाक्टर्सकी चिकित्सा होचुकी थी । एक्षा ब्रांडीके कारण उसमें उत्तेजना प्रतीत होती थी । परन्तु मुखके देखनेसे वह मृतप्राय जान पड़ती थी; क्योंकि उसके दोनों नेत्र बहुत भीतरको बैठ गये थे और दोनों कपोल पिचके हुए प्रतीत होते थे । उसके शरीरमें विश्चिकाके कई इञ्जेक्शनभी किये जा चुके थे । इसपर भी उसकी दशा नीचेही

गिरती जाती थी । हमकोभी देखकर उसके जीवनकी बहुतही कम आशा होती थी । इसलिए हमनेभी उसकी चिकित्सा करना उचित नहीं समझा । परन्तु उसके पुत्रके बहुत आग्रह करनेपर हमे उसकी चिकित्सा अपने हाथमे लेनी पड़ी । हमने बड़ी शीघ्रतासे उसकी ग्रीवासे उदर पर्यन्त ताप कराना आरम्भ किया, और यल, पलपर उसको प्यासका ज्ञान होता था इस लिए कुछ ऊष्ण तापका जल पीनेको देते रहे । फल यह हुआ कि हमारे सन्मुखही अर्थात् प्राय तीन घन्टेमें हमको उसके प्राण वचनेकी आशा हो गयी । क्योंकि सबसे अच्छा लक्षण तो यह प्रतीत हुआ कि उसकी प्यास कम होने लगी, इसके उपरान्त वमन विरेचनमेंभी कुछ न्यूनता प्रतीत होती थी । अतः हम सायंकी सवाचार बजेकी रेलसे उसकी चिकित्सार्थ उसके पुत्रको सम्मति देकर सोमना चले आये । किन्तु उसको हमारे आनेसे कुछ घन्टेके पीछेही मृत्यु हुआ और वह एकैक हलकी हो गयी और ज्यो, ज्यो समय व्यतीत होता जाता था त्यो, त्यो वह अच्छी होती जाती थी, इसीसे उसके पुत्रने फिर हमारा मुख देखनाभी उचित नहीं समझा । उसको कदाचित् यही भय होगा कि हम उससे कुछ माग न बैठें । परन्तु यह उसकी भूलथी । क्योंकि जब हमने बम्बई और लाहौर आदिके बड़े, बड़े सेठोंकी चिकित्साही धर्मार्थ की है तो एक साधारण मनुष्यसे हम क्या प्रश्न करते, किन्तु अनायास एक दिन वह हमको सोमना रेलवे स्टेशनपर मिल गया और उस समय उसने समस्त वृत्तान्त कहा ।

नोवेम्बर सन् १९२४ ई० में जब हम श्री सेठ ००००० के साथ उनके भाजेकी चिकित्सार्थ बम्बईसे आगे जा रहे थे उसी समय उनका एक नवयुवक नौकरभी, जो कई वर्षसे अनेक रोगोंसे पीडित था हमारे साथ जा रहा था । यद्यपि उसकी दशा उस समय बम्बईसे जाने योग्य न थी, परन्तु हमारी चिकित्साने उसे दो, एक दिनमेही रेल यात्रा करनेको समर्थ कर दिया था । अतः हम सबने बाम्बे-देहली एक्सप्रेस द्वारा प्रस्थान किया । किन्तु ज्योंही अगले दिन गाडी इटार्सीसे आगे बढ़ी त्योंही उस नवयुवकको विशूचिकाने घेर लिया । विशूचिका होनेका ठीक कारण क्या था यह हमको स्मरण नहीं रहा । परन्तु यह निश्चय है कि उसको अर्जाण होगा और उसके होते हुएही उसने कुछ फल सेवन किये थे । इसके अतिरिक्त वेतनदिके विषयमे रोगी और सेठजीमें कुछ मनमुटाव हो गया था । परन्तु यह हम नहीं कह सकते कि अपराध किसका था । क्योंकि हम किसीकी निजी बातोंमें

पडना और उनपर ध्यान देना उचित नहीं समझते । किन्तु यह हम अवश्य कहेंगे कि चाहे उसमें रोगीकाही दोष हो, परन्तु उस समयके वैमनस्यसे उसके रोगको सहायता मिली । इसीसे विश्चिकाने भयंकर रूप धारण कर लिया, और ऐसा प्रतीत होता था कि सेठजीका हृदय खिन्न हो जानेसे पहिले वहभी उसकी चिकित्सा करना नहीं चाहते थे, परन्तु अन्तमें उनकोही उसकी चिकित्सा करनी पड़ी । हमारे साथ स्टोव और वल्व निचोड़नेका यन्त्र तो थाही और जल ऊष्ण करनेके लिए एक पात्र डिफिन कैरियरमेंसे लेलिया गया । अतः सेठजीने वल्व निचोड़ने और हमने उसकी छाती और उदरपर फैलानेका काम किया । इस प्रकार कई घण्टेतक उसको ताप पहुंचाया गया । फल यह हुआ कि जिस समयसे उसको ताप पहुंचाया गया उसी समयसे विश्चिका देव उल्टे पैर भाग गये, और वह इस योग्य हो गया कि हम आगरे छावनीके स्टेशनपर उतर गये और वह उसी गाड़ीसे सीधा मथुरा चला गया । इसमें कोई सन्देह नहीं कि पहिले सेठजी इसलिए हमारी आंखोमे कुछ खटके थे कि वह एक साधारण वेतन सम्बन्धी वाद विवादके कारण उसकी चिकित्सा नहीं करना चाहते थे, । और हमारा उद्देश्य यह है कि शत्रुकी चिकित्साभी उसी प्रेमके साथ की जाय जैसे एक परम मित्रकी की जाती है । परन्तु जब सेठजीका क्षणिक क्रोध शान्त हो गया तो हमको यह देखकर बहुतही प्रसन्नता हुई कि हस्त-तलमें छाले उठ आने और जी० आई० पी० रेलवेके इंजीनियर्सकी उपेक्षाके कारण गाड़ीमे अनेक दुःखप्रद झटके लगनेपर भी उन्होंने बड़े उत्साह, ध्यान और प्रेमके साथ चिकित्सा करके उसे इस योग्य बना दिया कि वह अकेलाही चला गया । इसके अतिरिक्त उन्होंने अन्य रोगोंसे मुक्त होनेके लिएभी उसे हमारी चिकित्सा करनेकी सम्मति दी । अतएव हमको उसी दिनसे यह विदित हो गया कि उनको केवल क्षणिक क्रोध होता है, किन्तु सदाको उनके उरमें उसका वास नहीं रहता । परन्तु यदि वह ध्यान देकर विचारें तो यहभी ठीक नहीं है । क्योंकि क्रोध करना मनुष्यत्वके विपरीत है ।

### अतिसार Acute Diarrhoea.

**अ**तिसारकी उत्पत्ति कारण अजीर्ण, तीव्र ज्वर, अन्त्रके ट्यूबरक्यूलोसिस, हिस्टेरिया, विष भक्षण, शीतला प्रभाव, उत्तेजक पदार्थोंका आहार या विश्चिकादिकी दशामें विरेचनका रोकना इत्यादि, इत्यादि हो सकता है । इसके

अतिरिक्त यकृतादिके रोगोंमें भी अतिसारके होनेका भय रहता है । अतिसार कोई साधारण रोग नहीं है, क्योंकि उसके होनेपर अन्त्र क्षय होने लगती हैं । कभी, कभी तो उनसे प्रत्यक्ष रूपमें मल द्वारा श्लेष्म और रक्तादिका प्रवाह होता है । इस प्रकार पहिले अन्त्रमें अतिसारके कारण घाव हो जाते हैं, तत्पश्चात् वीरे, धीरे उसकी भीतके निर्जीव होनेपर उसकी झिल्ली इतनी कठोर हो जाती है कि वह सिकुड़ने और फैलनेकी क्रियासे वञ्चित होकर अपना कर्तव्य पालन करना त्याग देती है । अतिसारकी दशामें भोजनके पाचनमें न आनेके कारण अन्त्रमें अनेक विष और दूषित गैस उत्पन्न होते और नाडियों द्वारा पहुंचकर समस्त शरीरको विकृत बनाते रहते हैं । अपरन्तर् भोजनके पाचनमें न आनेसे वह कच्चाही शरीरसे गुदा द्वारा बाहर हो जाता है, जिससे शरीरको पोषक पदार्थ न मिलनेके कारण वह दिनोदिन निर्बल होता जाता है । अतिसार होनेसे पूर्व अजीर्ण या तीक्ष्ण पदार्थों द्वारा दाहके कारण अन्त्रादिमें इतनी ऊष्णता हो जाती है, कि उसकी तीक्ष्णतासे अन्त्रकी झिल्लीके जीवन-कोपोसे बहुतायतके साथ रसोंका स्राव या अधिक घाव होनेपर रक्त कणोंका नाश होनेपर श्लेष्मकी उत्पत्ति हो जाती है । इसके अतिरिक्त ऊष्णताके प्रभावसे मलके द्रव रूपमें हो जानेपर वह नियमित समयसे पूर्वही अन्त्रादिसे बाहर होनेको बाध्य होता है । अतिसारकी दशामें प्रायः सूत्रमें खरिया जाने लगती, जिसको बहुधा सूखे चिकित्सक वीर्यके अंशके नामसे सम्बोधन करते हैं । परन्तु वास्तवमें वह अन्त्र पीडाका संकेत है ।

प्रायः बालकोको आयुके दूसरे वर्षमें अतिसारकी पीडा हो जाती है, उनका उदर बड़ जाता है और वह परिमाणसे अधिक विष्टेका त्यागन करते हैं । इसीसे रक्तकी उत्पत्तिमें न्यूनताके हेतु उदरके अतिरिक्त उनका समस्त शरीर पिञ्जर समान हो जाता है, मुहसे लार बहने लगती है, नासिकासे श्लेष्म प्रवाहित रहता है, मल सूत्रमें दुर्गन्ध प्रतीत होता है, और नेत्रोंमें घाव होनेसे कीचड़ आने लगते हैं । अतः हमारी भूलसे बालकोका बढ़ता शरीर इस लिए अतिसारसे क्षय होने लगता है कि हम उन्हें दूधके स्थानमें अन्नादि पदार्थ देने लगते हैं, और उनकी माताएं कुपथ्यसे रहके उनके पीनेके दूधको दूषित कर देती हैं ।

अधिक कालतक अतिसारको हमारे शरीरमें स्थान मिलना किसी प्रकारभी अच्छा नहीं है । क्योंकि प्रथम तो अतिसारही इत्येक समय हमारे शरीरको क्षय

करती रहती है, द्वितीय उसके विपैले कीटोंसे अनेक रोगोंकी उत्पत्ति हो जाती है, तृतीय धीरे, धीरे वह संप्रहणीमे परिवर्तित होकर हमारे जीवनका अन्तही कर देती है ।

यदि अधिक पीडा हो तो अतिसारकी चिकित्सामें ताप पहुंचानेका समय अधिक होना चाहिये । अतिसारसे पीडित रोगियोंको केवल उदरपर ताप और बन्धनोका प्रयोग यथेष्ट होता है । किन्तु यदि आवश्यकता हो या चिकित्सक उचित समझे तो चौबीसों घंटे टब द्वारा समस्त शरीरको अथवा बन्धों द्वारा केवल छाती एवं उदरको ताप और उसके उपरान्त धड़ बन्धनका प्रयोग किया जा सकता है । यदि अतिसारके कारण अन्त्रमें पीड़ा अथवा मूत्राशयादिमें दाह हो तो निरन्तर उस समय-तक ताप होना चाहिये जबतक कि उसका अन्त न हो जाय, किन्तु यदि अधिक समयतक ताप पहुंचाना सम्भव न हो तो उसके उपरान्त बन्धनोका प्रयोग करना आवश्यक है । परन्तु यह स्मरण रखने योग्य बात है कि अतिसारही नहीं प्रत्युत प्रत्येक रोगमे यदि प्रत्येक समय ताप पहुंचाया जाय तो उसका अति शीघ्र अन्त होगा, और जितने कम समयतक ताप किया जायगा उतनेही विलम्बसे पीड़ाओंका इति होगा । कारण यह कि जितने समयतक शरीरपर ताप पहुंचता रहता है उतने काल-तक विकृत और दूषित कीटोका वह प्रभाव, जिसके द्वारा वह हमारे जीवन कर्णोंका वेधन करके अपने रूपमें परिवर्तन करते रहते हैं, रुक जाता है, किन्तु तापका प्रभाव जातेही दूषित कीट अपना कार्यारम्भ कर देते हैं, जिससे हमारे जीवन-कोषोका वेधन होनेसे उनका विपैले पदार्थोंमे रूपान्तर होकर हमको पीड़ाका ज्ञान होने लगता है । यद्यपि बन्धनोंका प्रयोगभी इसी लिए किया जाता है कि शरीरका ऊष्ण ताप बन्धनोसे रुककर फिर शरीरकी ओरको लौटे और दूषित कीटोके प्रभावको रोकें, परन्तु उनका ताप लाभ पहुंचानेमें टब या बन्धों द्वारा पहुंचाये हुए जल तापकी समानता नहीं करसकता, प्रत्युत मृत्तिकाके ऊष्ण करनेपरभी उनका प्रभाव इस लिए यथेष्ट नहीं होता कि उसका ताप कुछ कालमे शरीरके र्पणसे उसके तापके समानही हो जाता है । इसीसे बन्धनोंकी अपेक्षा जल तापसे कहीं अधिक और शीघ्र लाभ होता है ।

संक्षिप्ते, जमालगोटे या अन्य विशेष द्वारा अतिसार होनेपर यथा शक्ति समस्त शरीरको टब द्वारा जल ताप पहुंचाना चाहिये, अन्यथा छाती और उदरपर न्यूनाति

न्यून उस समयतक जबतक कि रोगी जोखिमसे बाहर न हो जाय ताप करना चाहिये ।

अतिसारके रोगीके निमित्त सूक्ष्माति सूक्ष्म आहार होना चाहिये; क्योंकि अन्न और आमाशयादिमें घाव हो जानेसे कठोर पदार्थोंके सेवन द्वारा वह आरोग्य होनेकी अपेक्षा दाहके होनेपर वृद्धिको प्राप्त होते रहते हैं। अतः हमारी सम्मतिमें सबसे सूक्ष्म आहार वेदना अनारहीका है, किन्तु अनारका दाना (गुठली) थूक देना आवश्यक है। यदि अनार उपलब्ध न हो तो अन्य रसीले और अनुत्तेजक फलोका रस चूसकर फोक थूक देना चाहिये। आहारके विषयमें बहुतही बुद्धिसे काम लेनेकी आवश्यकता है। उसकी ओरसे उपेक्षा करना मुखोंका काम है। जिस कुपथ्यको प्रायः मनुष्य साधारण समझते हैं बहुधा उसीसे रोगीके प्राणोका अन्त होता है। अतः इस बातसे सावधान रहना चाहिये कि कोई कड़वा, खट्टा अति मीठा, चर्परा, स्थूल, अस्वादिवृत्त अथवा तीव्र गन्धवाला या किसी प्रकार कोई उत्तेजक फल रोगी का आहार न होना चाहिये और यथा शक्ति वालकोंके अतिरिक्त अन्य किसी अतिसारके रोगीको दूध न देना चाहिये।

सन् १९१७ ई० के आरम्भमें एक तहसीलदार महाशयने अजनाला जिला अमृतसरसे अपनी चिकित्सार्थ बुलानेके निमित्त हमको प्रयागके ठिकानेसे पत्र लिखा था। अतः हमने उनको आने, जानेका रेल भाड़ा, भोजन व्यय और कमसे कम पच्चीस रुपये प्रति दिनकी दरसे फीस लेनेपर वहा जानेको लिखा था, जिसपर वह कुछ दिन तो कदाचित अपनी आर्थिक स्थितिके कारण केवल पत्र व्यवहारही करते रहे, किन्तु अन्तमें उन्होंने सेप्टेम्बरमें हमको बुलानेके लिए तार दिया। परन्तु उसी बीचमें डाक्टर जे० एम० कर, एम० बी० ई० एस० की अध्यक्षतामें विद्या मन्दिर हाई स्कूल, प्रयागमें 'प्राकृतिक चिकित्सा' पर हमारा व्याख्यान होनेवाला था, इसलिए हम सेप्टेम्बरके स्थानमें आक्टोबर मासके अन्ततक अजनाले पहुंच पाये। हमने उनको देखा। वह बीस वर्षसे अनेक रोगोंमें ग्रसित थे, अनेक चिकित्सक उनकी चिकित्सा कर चुके थे; एक सिविल सर्जन महाशयने इन्जेक्शन्स द्वारा उनके शरीरको इतना दूषित करा दिया था कि उनके मस्तिष्ककी वही दशा हो गयी थी जो एक उन्मादी की होती है, उनके लिए डाक्टर कोहनीकी चिकित्साभी कुछ अधिक उपयोगी सिद्धि न हुई। अतः वह समस्त



चिकित्सा विधियोंसे हताश हो चुके थे, और उनके रोग दिनोदिन वृद्धिको प्राप्त होते जाते थे । परन्तु उनको यह आशा अवश्य थी कि यदि लाभ हो सकता है तो केवल एक मात्र ' प्राकृतिक चिकित्सा ' से ही सम्भव है । इस लिए हमको पूर्ण रूपेण यह विश्वास था कि हम उनको लाभ पहुंचा सकेंगे । अतएव हमने उनको प्रति दिन चैतन्यता प्रदान करनेके लिए दो बार शीतल मेरू दण्ड स्नान और उनके पश्चात् रोगका इति करनेके निमित्त दो बार ऊष्ण तापके मृत्तिका उदर बन्धनेके प्रयोग करने और प्रात एवं सायके समय टहलनेकी सम्मति दी । फलतः पहिली रात्रिके बन्धनोसेही उनको लाभ होना आरम्भ हुआ; दो सप्ताहमें उनके अतिसार रोगका अन्त हो गया, एक मासमें उनके उस मूत्रकृच्छ [ सोजाक ] का इति हो गया, जो उनको बीस वर्षसे दुःख दे रहा था, और उनके मस्तिष्क रोगमेंभी बहुत न्यूनता हो गयी । इसके अतिरिक्त शरीरमें दाहके कारण उनके कर्णोंमें शुष्कता हो जानेसे जो कम सुनायी देने लगा था उसकोभी पूर्ण लाभ हो गया । किन्तु घोंड़ेपर चढ़ने, अन्नादि सेवन करने एवं हमारी सम्मतिमें कुछ त्रुटि होनेसे उनका शरीर जितना हम चाहते थे उतना उन्नत दशाको प्राप्त न हुआ । इसीसे उन्होंने हमको कुछ दिन उपरान्त लिखा था कि चिकित्साके कारण शरीरका जो उन्नति पहिले मासमें हुई थी उसका होना बन्द हो गया है । अतः हमको अपनी दी हुई सम्मतिको दोष विदित हो गया । क्यों कि हम समझ गये कि मेरू दण्डका शीतल स्नान लेनेसे उसकी उत्तेजना द्वारा वायु जालने सामर्थ्यसे अधिक काम किया, जिससे पहिले मासमें शरीर उसी प्रकार उन्नति करता हुआ प्रतीत हुआ, जिस प्रकार मदिराके मदमें उसकी उत्तेजनासे मनुष्य अपनेको बहुत बलवान समझता है, और उसके उपरान्त शरीर वायु जालके अधिक परिश्रमके कारण वैसेही उन्नतिसे वञ्चित प्रत्युत कर्तव्यहीन होनेलगा जैसे मदिरा का मद उतरनेपर मनुष्य शिथिल प्रतीत होता है । परन्तु हमको यह ज्ञान प्राप्त होनेपरभी हम इस अनुमानसे कि उनका शरीर बहुत दुर्बल है, इस लिए उसको चैतन्य करनेके हेतु शीतल मेरू दण्ड स्नान आवश्यक है और तापके पहुंचानेसे अधिक निर्बल होनेकी सम्भावना है, उनको मेरू दण्डके शीतल स्नानमें छोड़ने और ताप लेनेकी सम्मति न दे सके । इसके अतिरिक्त हमने यहभी एक भारी भूल की थी कि फलोंके अतिरिक्त उनको गेहूँके दालेय, चावल, मोठी रोटी, उबले हुए शाक और दूधकीभी सम्मति दे दी थी । वास्तवमें यह हमारा

भारी मूर्खता थी । क्योंकि सैकड़ों रोगियोंपर अनुभव करकेभी हमने उनको ऐसी सम्मति दी । किन्तु सन् १९१८ ई० में हमने उनको मेरु दण्डका शीतल ह्वान छोड़ने, बन्धानोंका प्रयोग और केवल रसीले फलोका सेवन करनेको लिख दिया, जिससे उनको बहुत लाभ पहुंचा । किन्तु वह रसीले फलोपर कुछ कारण वश अधिक दिनतक निर्वाह न करसके । इसके पश्चात् उन्होंने हमको फिर कई बार लिखा, और हमनेभी कुछ दिन उनके साथ रहकर उनकी चिकित्सा करनेका विचार कर लिया । परन्तु आपत्तियोंने हमारा पीछाहीं नहीं छोड़ा, जो हम उनको लाभ पहुंचानेके निमित्त उनके साथ रह सकते । किन्तु इस बीचमें हम उनसे कई बार मिले और सन् १९२१ ई० के अन्तमें जब उन्होंने हमको अमृतसरके एक इन्कमटेक्स कलेक्टरकी चिकित्सायें बुलवाया था तब हमने उनको क्रियात्मक रूपसे ताप पहुंचानेकी विधि और उसके एव रसीले फलोके लाभोंका पूर्ण वर्णन कर दिया था । प्रत्युत उनको गठियाके ऐसे रोगीकी, जो उठने, बैठनेकोभी समर्थ न था ताप द्वारा सफलता पूर्वक चिकित्साभी करके दिखायी थी । परन्तु उनको हमारी चिकित्सा विधिकी सफलतापर पहिलेसेही बहुत विश्वास था । क्योंकि वह स्वयं ऐसे अनेक रोगियोंको, जिनको जीवनकी आशा न थी, उसके द्वारा लाभ पहुंचा चुके थे । उन्होंने अतिसारसे पीडित एक ऐसे नवयुवके प्राण हमारी चिकित्सा द्वारा बचाये थे, जिसका पिता उसके जीवनसे हताश होकर मोटर लेके सिविल सर्जनको अमृतसरसे लेने जा रहा था । इसके अतिरिक्त श्लेष्म ज्वरके दिनोंमें उन्होंने अनेक रोगियोंके प्राणोंकी रक्षा की थी । किन्तु यह उनका या हमारा आभय है कि वह नौकरीके कारण उस समय इस लिए पूर्ण रूपेण अपनी चिकित्सा नहीं कर सके कि यूरोपीय महासमरके हेतु उनको बहुत कालतक छुट्टी नहीं मिली, और अब हमारा उनसे बहुत समयसे इस लिए पत्रव्यवहार नहीं हुआ कि हमने यह प्रतिज्ञा कर ली थी कि 'प्राकृतिक विज्ञान' के मुद्रणके पश्चात्तही उनको पत्र लिखेंगे । यह प्रतिज्ञा हमने इसी निमित्त की थी कि हमने उनसे 'प्राकृतिक विज्ञान' के मुद्रणार्थ पचास रुपयेकी सहायता चाही थी, किन्तु वह अनेक प्रयत्न करने-परभी पचास रुपये भेजनेको समर्थ न हुए । परन्तु हमको यह ज्ञान नहीं था कि 'प्राकृतिक विज्ञान' के मुद्रणमें तीन वर्ष और लग जावेंगे । क्योंकि हम यह नहीं जानते थे कि 'सद्धर्म प्रचारक प्रेस', दिल्लीके मेनेजिङ्ग प्रोप्राईटर श्रीः

पं० अनन्त राम जी ' प्राकृतिक विज्ञान ' का मुद्रण किये विनाही हमारी भार्याके दिये हुए समस्त रूप्योंको योंही हड़प जावेंगे, अन्यथा हम कभी ऐसी प्रतिज्ञा न करते । क्योंकि हमारा उक्त तहसीलदार महाशयसे इतना प्रेम है कि यदि उनके पत्रमें एक सप्ताहकाभी विलम्ब होता या तो हम विकल हो जाते थे । यद्यपि वह जातिसे यवन हैं, परन्तु वह अपने गुणोंके निमित्त इस जगतमें एकही व्यक्ति हैं । वह पञ्जाब यूनीवर्सिटीके ग्रेड्युएट हैं, और बहुतही ऊँचे कुलके पुत्र हैं । हमने वास्तवमें ऐसा सत्यवादी मनुष्य अपने नेत्रोंसे नहीं देखा । इस लिए यह हमारा सौभाग्य है कि हमको एक ऐसा पवित्र हृदय मित्र मिला है । वह सदा मनुष्य मात्रकी भलाईकाही ध्यान रखते हैं । इसीसे उनसे हमारे पवित्र उद्देश्यको बहुत कुछ सहायता मिली है, और यदि उनकी सामर्थ्यमें होता तो न जाने अबतक कितनी भाषाओंमें ' प्राकृतिक विज्ञान ' का प्रकाशन हुआ होता, और यही कारण है कि हमको उनका कभी विस्मरण नहीं हो सकता । वह सदा अपने शत्रुकेभी हितेच्छु हैं । सारांश यह है कि हमारी दृष्टिमें वह बहुतही उच्च हैं । हम उनके एक पत्रकी प्रति लिपि जो कि उन्होंने चौदह नोवेंबर सन् १९१८ ई० को हमें लिखा जा नित्रमें देते हैं.—

Dear Pandit Sahib,

Thanks for your favour of the 4th. instant.....  
It is sad to think that diseases are exacting such a heavy toll & the deathroll of the youngs especially is so appalling, but as long as people continue to live on unnatural life they shall have to pay the penalty, particularly when climatic conditions have been revolutionized by the digging of canals & otherwise. Let us, however, not despair of good & continue our humanitarian efforts to extend human happiness & to minimise human pain.

With best wishes.

Yours Sincerely, K. M. K.

सन् १९१८ ई० के० मध्यमे लाहौरके एक अतिसारसे पीड़ित रोगीने हमको अपनी चिकित्सार्थ प्रयागसे बुलाया था । वह चार वर्षसे उस रोगसे पीड़ित था; वह अनेक चिकित्सकोंकी चिकित्सा करते, करते थक गया था, उसने डाक्टर कोहनीकी चिकित्साभी की थी, जिससे उसको अन्य चिकित्साओंकी अपेक्षा बहुत लाभ पहुँचा था । परन्तु कुछ दिनोंके उपरान्त शीतल जलके स्नानोंकी उत्तेजनासे प्रति क्रिया द्वारा नाडियोंके अधिक परिश्रम करनेपर उसका शरीर शिथिल एवं निर्बल होने लगा था, और लाभ पहुँचना बन्द हो गया था, वह देखनेमें बहुतही दुर्बल प्रतीत होता था, जो कि वारतवमें डाक्टर कोहनीकी उत्तेजक शीतल जल चिकित्साका प्रसाद था । क्योंकि जितने शीतल जलका शरीरसे स्पर्श होता है उतनी हमारी नाडियाँ अधिक उत्तेजित होकर प्रति क्रिया द्वारा सामर्थ्यमें अधिक परिश्रम करने लगती हैं, और रक्त सञ्चारकी गतिमें वृद्धि हो जानेसे रक्तका अधिक व्यय और शक्तियोंका समयसे पूर्व इति होता है, परन्तु वह दिनोदिन अधिक शीतल जलके स्नानोंका इस लिए प्रयोग करता रहा कि डाक्टर कोहनीका कहना है “Cooler is better.” अर्थात् जितना शीतल जल होगा उतनाही उपयोगी है । इसमें कोई सन्देह नहीं कि जिन रोगियोंका शरीर शिथिल हो गया हो पहिली पहिल उनके ऊपर शीतल जलका स्नान अपूर्व चमत्कार दिखाता है । क्योंकि जिस प्रकार मदिरा पान करनेके उपरान्त प्रायः शैयासे लगे हुए रोगीभी उठ खड़े होते हैं, वैसेही शीतल जलके स्नानसे शरीरमें प्रति क्रियाके होनेपर निर्बल रोगीभी चैतन्य प्रतीत होने लगते हैं, किन्तु उसका भविष्य बहुतही खेद जनक होता है; उससे रही सही शक्तियोंका भी व्यय हो जाता है । अतः डाक्टर कोहनीकी चिकित्सा के आरम्भ करतेही शरीरमें प्रति क्रिया होनेके चमत्कारने उसको ऐसा फाँसा कि वह कुछही दिन पीछे दुर्बल होनेपरभी उसको कियेही चला गया । अन्तमें जब अधोगतिके अतिरिक्त कोई उन्नतिका मार्ग न देखा तो उसने एक नायब तहसीलदार महाशयकी सम्मतिसे हमारी चिकित्सा करनी चाही । अतएव हमने उसकी समस्त गाथा सुनवर और उसके शरीरका निरीक्षण करके, उसको प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टेमें उदरपर ताप और बन्धनोंका प्रयोग एवं रसीले फलोंके सेवन करनेकी सम्मति दी । फल यह हुआ, कि पहिले सप्ताहमेंही उसको अच्छा लाभ हुआ, परन्तु जैसा हम चाहते

थे वैसा इस लिए न हुआ कि वह प्रायः समस्त जातिके रसीले फलोंका सेवन करता था; किन्तु उसके शरीरके अनुकूल केवल वेदाना अनारही था । गन्ना संगतरा, मीठा नीबू इत्यादि सभी उसको हानि पहुंचाये विना न रहते थे । किसी फलमें यदि कुछभी खटाई होतीथी तो उसको हमारी इच्छानुसार लाभ न होता था । इसीसे कन्धारी अनार या संगतरा उसके लिए अधिक उपयोगी न था, और दूध उसके लिए साक्षात् विष सिद्ध होता था । अतः समस्त फलोंके गुणोंका अनुभव करके वह इस परिणामको पहुंच गया था कि अन्नकी अपेक्षा फल लाभ प्रद हैं, और फलोंमें रसीले फल अधिक लाभदायक हैं, और रसीले फलोंमेंभी वेदाना अनार सर्वोत्तम है । अतएव उसको अनारके गुणोंका अनुभव होनेसे उसे छः मासमें पूर्ण लाभ होगया था । निम्नमें हम उसके उस पत्रकी प्रति लिपि देते हैं जो उसने दस डेसेम्बर सन् १९१८ ई० को हमको सोमनाके ठिकानेसे लिखा था:—

श्रीमान् जनाब पण्डितजी महाराज,

नमस्ते अर्ज करता हूं । खत जनावका मिला था बन्देकी तसल्ली हुई । मैं आपका बहुतही मशकूर हूं, जो जनाब दिलसे मेरे साथ मुहब्बत और तवज्जह फर्माते हैं । प्रार्थना है कि ईश्वर आपको आनन्द रखे ।

अब मैं अपनी हालत अर्ज करता हूं । मैं सुतवातिर अब पन्द्रह योमसे रसीले फल, जैसा जनावने फर्माया था, इस्तेमाल करता हूं । रसीले फल मुझको मुआ-फ़िक बैठे हैं, और अब एक वक्त छ. योमसे पायखाने जाता हूं । मैं हफ़तेवार आपको अर्ज करता रहूंगा ।

फल जो मैं इस्तेमाल करता हूं उनकी तफसील अर्ज करता हूं । मीठे, मालटे, अनार कन्धारी ( जो क़दरे तुर्श होता है ), अगूर, गडीरी ( गन्ना ), नाशपाती, शलजम और थोड़ी गाजरकी रस ।

अब आप यह तहरीर फर्माय कि मैं तर्बूज़ खा सकता हूं या नहीं ? तर्बूज़से सुराद Water melon से है । और ससोंका साग मैं उवाळकर वगैर नमकके खा सकता हूं ? नमकसे कतई पहेंज किया हुआ है । अगर मैं सुबह ताज़ा दूध गायका पावभर लू तो उसके हमराह फल खा सकता हूं, या कि सिर्फ़ दूधही लूँ और फल अलहदा खाऊँ ?

मैं तेरह तारीख़की शामको फ़ीरोज़पुर जा रहा हूं; क्योंकि उन्नीसको मैंने काम-

पर हाज़िर होना है । इस वास्ते अब्बल जाकर मक़ान वग़ैरा साफ़ करवाना है । पैक मिट्टी ( मृत्तिका बन्धन ) का सुबह और रातको धरा-पर लगा रहा हूं और दो बार जिस्मको हरा-रत ( जल ताप ) भी पहुंचाता हूँ । जैसाकि आपका हुक्म है ।

फ़ीरोज़पुर जाकर मैं जनाबको अपनी हालत अर्ज करूंगा, और अपना पता अर्ज करूंगा । इस खतका जवाब जनाब पहुंचतेही मुझको लाहौर देंगे । क्योंकि तेरह तारीखको मुझको मिल जावेगा । वैसे अहमियातन फ़ीरोज़पुरका पता तहरीर कर छोड़ता हूँ ।

“ M. R. K.,  
Bazar Chhatta,  
Ferozepore.”

मुझको पूरी तसल्ली है कि मुझको आपके इलाजसे पूरा फायदा होगा । आपका तरीका इलाज छुई कोहनीके तरीकेसे किसी हालतमें कम नहीं है । बल्कि सादा है । सिर्फ़ पैक लगानेका इन्तजाम करना पड़ता है, मगर मैंने पार्चात अलहदा बनवा छोड़े हैं, और टबमें लेटकर खामोशीसे हरा-रतका लेना बहुतही खुशगवार मालूम होता है । दोही चार मिनिट पीछे आरामसे नीन्द आजाती है । जिससे मुझ कोई तकलीफ़ नहीं होती । सिर्फ़ रातको पैक लगानेसे एक दफ़ा पेशाबके वास्ते उठना पड़ता है, सो कुछ हर्ज नहीं है ।

मेरे ख्यालमें मौसिम गर्मीमें सिर्फ़ एकही बार हरा-रत पहुंचाना जारी रखना है । मौसिम सर्मीमें शायद तीन या दो बार हरा-रत लेनी पड़ेगी । जिस दिन अगर बारिश हो क्या उस दिन रोजानाका गुसल करना है और पैरभी लगाना है ? या उस रोज गुसल और पैर मुलतबी करने हैं ?

वालिद साहिब वजुर्गवारकी तरफसे राम, राम पहुंचे अज़ीज ०००००की नमस्ते । वालिदा साहेबाकी जनाबके घरमें नमस्ते पहुंचे । मेरी दिली ख्वाहिश है कि मैं तन्दुस्त होकर बमये बाल-बच्चे जनाबकी खिदमतमें हाज़िर हूँ । मेरी तन्दुस्तीपर जनाबको फ़ीरोज़पुरसे बहुत जगह इलाजके वास्ते आना पड़ेगा ।

आपका सादिक़ दुआगो,  
M. R. K.

यद्यपि हमको उपरोक्त पत्रमें यह लिखा था कि उसे रसीले फल अनुकूल बैठे हैं, परन्तु इसपरभी हम यह जानते थे कि उसको वह वेदाने अनारके समान अनुकूल नहीं बैठे थे । इसीसे हमने एक दिन उसकी लेखनीसे स्वयं लिखवा दिया था कि सर्वोत्तम आहार अनारही है; और सूक्ष्माति सूक्ष्म, रसीले और साधारण उत्तेजक फलभी अतिसारके रोगीके अनुकूल नहीं हैं, प्रत्युत हमारी सम्मतिमें तो किसीभी रोगसे पीड़ित रोगीको अनारके समान कोई रसीला फल लाभ नहीं पहुंचा सकता । उस रोगीने उसी पत्रमें एक स्थानपर हमसे तर्बूज खानेकी आज्ञा मांगी थी । परन्तु तर्बूज यद्यपी रसीला है तथापि उसके कोमलाति कोमल कणकी त्वचाभी अति कठोर होती है, और उसका रसभी अधिक स्थूल होता है, इस लिए उसके पाचनमें न आनेसे हमने उसको तर्बूज सेवन करनेकी आज्ञा नहीं दी थी । किन्तु उसने हमारी आज्ञाके प्रतिकूल उसका अनुभव किया, और अन्तमें उसके दोषोंको देखकर उसे उससे दूर रहनेको बाध्य होना पड़ा । उक्त पत्रसे यहभी सिद्ध होता है कि रसीले फलोंके सेवनसे वह नौकरीपर जानेके योग्य हो गया था । अतः जो मनुष्य यह समझते हैं कि फलोंके आहारसे हमारा शरीर किसी कार्यके करने योग्य नहीं रहता, यह उनके अनुभव शून्य होनेके कारण उनकी भारी भ्रमता है । हमने इस बातको सिद्ध करके दिखा दिया है कि यदि जितने फलोंकी आवश्यकता है, किसीको प्राप्त हो सकें तो आरोग्यता एवं शक्तिमें कोईभी उसकी समानता नहीं कर सकता ।

सन् १९१९ ई० के आरम्भमें हमको जिले बुलन्दशहरके एक ग्राममें रात्रि व्यतीत करनेका अवसर प्राप्त हुआ । वहाँ एक नवयुवक जो कई घण्टेसे अतिसारसे पीड़ित था हमारे निकट आया । उसने एक दिन कटु तोरीका रस एक पात्रमें इसी औषधिके बनानेके निमित्त रक्ता था, और उसी दिन उसका रस दूसरे पात्रमें लौट दिया था, किन्तु उस पात्रको स्वच्छ करनेका ध्यान न रहनेसे वह उसमें जल लेकर पी गया, जिससे एकदम आपत्ति आगयी, उसके बिपने उसके शरीरके रसोका जलमें परिवर्तन कर दिया, समस्त शरीरमें अग्नि फूट दी और वमन, विरेचनका तात्काय भव गया । यदि उसको हमारे निकट लानेमें कुछ और विलम्बसे काम लिया जाता तो कदाचित् उसके प्राणोपश्रवनाही कटित था । क्योंकि तोरीके ताक्षण पिप्पसे उनके आमाशय और अन्त्रादिमें पल, पल्लर घाव गहरे होते चले जाते थे । उसी विष्टेके साथ उष्णके अतिरिक्त कुछ, कुछ रक्तनी आने लगा था । अतः

हमने तत्क्षण तापका प्रबन्ध कराके प्राय चौदह घण्टेतक उसका ताप करवाया । जिस-समयसे तापका होना आरम्भ हुआ उससे आगे घण्टेके पश्चात्ही उसकी अन्न पीडा दूर हो गयी और उसको एक बारभी वमन या विरेचनका कष्ट सहन नहीं करना पडा, तीन घण्टे पर्यन्त ताप होनेपर उसको ऐसी निद्रा आयी कि वह निरन्तर बारह घण्टेतक शयन करता रहा । उसके प्राण उस आपत्तिसे बचगये । इसलिए हम दो, एक दिनतक एक, एक घन्टा ताप करने और रसीले फल या उबले हुए विना नमक, मिर्च और मसाले आदिके पडे हुए शाक सेवन करनेकी सम्मति देकर वहासे चलदिये ।

सन् १९१९ ई० के मध्यमे दिल्लीके रहने वाले एक जजने अपनी पुत्र वधुके विषयमे हमारी सम्मति चाही । किन्तु हमने किसी प्रकारकी सम्मति देनेसे पूर्व उसको देखनेकी इच्छा प्रगट की, परन्तु उन्होने दिल्लीमे सत्याग्रह हो जानेकी गड बडसे कुछ दिनतक हमको वहा बुलाना उचित नहीं समझा और फिर वह अपनी नौकरीपर दिल्लीसे किसी दूर स्थानपर चले गये । अतः हमने रोगीको विना देखेही उनके विवरणानुसार प्रति दिन कमसे कम दो बार दो, दो घण्टे उदर, छाती और मस्तकपर ताप और उसके उपरान्त मृत्तिका बन्धनोका प्रयोग, एवं रसीले फल सेवन करनेको लिख दिया । उस समय उसको अतिसारके दौरे हुआ करते थे और उन्हा दिनोंमे वह अचेत होकर कभी घन्टेतक हंसा करती थी, कभी फूट, फूटकर रोती थी, और कभी एक उन्मादीके सदृश कृत्य किया करती थी । चिकित्सकोका उसके रोगका निदान करनेके विषयमें एक, दूसरेसे भिन्न मत था, और हम उनमेंसे किसीसेभी सहमत नहीं थे । हमारी सम्मतिमे उसको अतिसारकी पीडा हिस्टेरिया ( Hysteria ) के कारण थी । अतः हमने उसको केवल शरीरकी सामर्थ्यके अनुकूल सुन्दर स्थानोंमें प्रात और सायंक के समय टहलनेकी आज्ञा दी थी, अन्यथा हमारी सम्मति यही थी कि वह पूर्ण विश्राम करे । क्योंकि हिस्टेरियाका मूल कारण प्राय सामर्थ्यसे अधिक परिश्रम करनाही होता है । हमने उसके पातिको इस लिए उसका सहवास करनेकी, उस समयतक, आज्ञा नहीं दी थी, जबतक पुनः हमारी सम्मति न हो, क्योंकि प्राय हिस्टेरियाकी उत्पत्ति मैथुनके परिश्रमसेही होती है । इस प्रकार हमारी सम्मतिके अनुसार उसकी चिकित्सा करनेसे अतिसार और वमनका तो दो सप्ताहमेही इति हो गया, और एक मासके उपरान्त हिस्टेरियाके आक्रमण होनेभी



बन्द हो गये । किन्तु हिस्टेरियाका समूल नाश करनेके लिए एक वर्ष पर्यन्त चिकित्सा करनी पड़ी ।

सन् १९२३ ई०के प्रारम्भमें जबकि हम अपनी सुसल गये हुए थे । एक दीपा नामका खटीक अपनी स्त्रीकी चिकित्सार्थ हमको ग्राममें ले गया । वास्तवमें उसकी स्त्रीको कई दिनसे तीव्र ज्वर और खांसी थी; और उसीके कारण वह अतिसारसे पीडित थी । अतः हमने प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे छाती और उदरपर ताप पहुंचाने, धड़ बन्धन प्रयोग करने, और दूध, खर्बूजा या कोई रसीला और अनुत्तेजक फल एवं विना नमक, मिर्च, मसालोके उबला हुआ घिया, तोरी और टिन्डे सेवन करनेकी सम्मति दी । फल यह हुआ कि तीन दिनके भीतर रोगीको प्यासका ज्ञान और अतिसारकी पीड़ा नहीं रही और एक सप्ताहमें उसकी खांसीकोभी बहुत लाभ पहुंचा । इसके अतिरिक्त वह पहिलेकी अपेक्षा चैतन्य प्रतीत होती थी, और उसके मुहका स्वादभी बहुत सुधर गया था । किन्तु उसका ज्वर तेईस दिन चिकित्सा करनेके उपरान्त उतरा था । अतः ज्वर उतरनेके एक सप्ताह पीछेतक उसको पथ्यसे रक्खनेपर वह पूर्ण आरोग्य हो गयी । उसके श्वास रोगको, जिससे वह कई वर्षसे पीडित थी, भी बहुत लाभ पहुंचा । परन्तु दुर्भाग्यवश उसने हमारे कहनेपरभी अपने श्वास रोगकी चिकित्सा न की । इस लिए हमको इसका बहुत खेद रहा । किन्तु उस वर्ष उसके हमारी चिकित्सामें आनेसे हमको इतनी प्रसन्नता अवश्य हुई कि उस ग्रामके अनेक रोगियोंने हमारी चिकित्सासे लाभ उठाया ।

सन् १९२० ई० के प्रारम्भमें बम्बईके स्थानपर एक रोगी हमसे सम्मति लेनेके लिए आया । उसकी आयु प्रायः तीस वर्षकी थी; उसको कभी, कभी अतिसारके दौरे हो जाते थे, किन्तु वास्तवमें उसे नित्यही अतिसार और अजीर्ण रहता था, क्योंकि उसको कभी लेडी बन्धकर विष्टेका त्यागन नहीं होता था; उसके मूत्राशयमें प्रत्येक समय दाह और पीड़ा होती रहती थी, और मूत्र त्यागनके समय वह विरुल हो जाता था, उसको प्रायः स्वप्न-दोष होते रहते थे; उसको प्रत्येक मूत्रके साथ रारिया और एल्यूमन आदिका पात होता था, उसके उदरमें अनेक रसोलियां प्रतीत होती थी; और प्रायः उदरमें मरोड़की पीड़ा दुःख देती थी । किन्तु उसको इस पीड़ाका ज्ञान हुए बहुतही थोड़े दिन हुए थे । इसीसे हमारे अनुमानसे उसका आरोग्य होना सम्भव था । अतः हमने उसको सावधान करके कह दिया कि

उसको वास्तवमें मुख्य रोग अतिसार या अजीर्ण नहीं है, प्रत्युत उसकी अन्त्रमें ट्यूबरक्लोसिस हैं, इस लिए उसको शिघ्राति शीघ्र चिकित्सा करनी चाहिये । क्यों कि ट्यूबरक्लोसिस बहुतही शीघ्र शरीरका इति कर देते हैं । अतः हमने उसको प्रति दिन तीन बार दो, दो घण्टे छाती और उदरपर ताप करनेकी सम्मति दी, जिससे दस दिनके भीतर उसके मूत्राशयमें दाहका होना बन्द हो गया, और फिर कभी अतिसारका दौरा नहीं हुआ, अजीर्णमें न्यूनता प्रतीत होने लगी, मूत्रका रङ्ग भी लालीसे पीलेपनपर आगया, बीस दिनमें उसकी क्षुधा वृद्धि को प्राप्त होगयी, वह दोनों समय भोजनको पाचनमें लाने योग्य हो गया, उसके मुखका स्वाद पहिलेकी अपेक्षा बहुत सुवरा हुआ रहने लगा, मूत्रमें खरिया और एलव्यूमन आदि पदार्थोंका आनाभी कम हो गया, उदरमें मरोड़की पीडामेंभी न्यूनता प्रतीत होने लगी, एक मासमें उसको पहिलेकी अपेक्षा बहुत बन्वकर विष्टा होने लगा और उसका परिमाणभी कम हो गया, मूत्रका रङ्ग प्रायः श्वेत होने लगा, और उदरमेंभी बिना दवाये पीडा न होती थी, दूसरे मासके उपरान्त उसको कुछ, कुछ लेडी बन्वकर विष्टा होने लगा, खरिया आदि पदार्थोंका जाना बहुतही कम हो गया और स्वप्न-दोषका होना एक ओरसे बन्द हो गया, चौथे मासके पश्चात् उसको पूर्णतः लेडी बन्वकर विष्टा होता था, और खरियाका जाना बन्द हो गया था, किन्तु ट्यूबरक्लोसिसका अन्त होनेमें प्रायः डेढ़ वर्ष लगा था, उसका आहार पहिले दो मासतक केवल मस्कृती अनार रहा, तद् उपरान्त तीसरे मासमें अनार मुसम्मी, अगूर और काशमीरी नाशपाती दी जाती थी, और पाचवें मासके उपरान्त ज्यों, ज्यों उसकी पाचन शक्ति वृद्धि को प्राप्त होती गयी, त्यों, त्यों हम उसको अन्य अनेक सूक्ष्म और रसिले फलोंकी सम्मति देते रहे । उसके शयन करनेके विषयमें हमारी आज्ञा थी कि वह अधिकसे अधिक रात्रिके आठ बजेके उपरान्त न जागे और जबतक उसको निद्रा देवी आज्ञा न दे वह कदापि स्वयं उठनेकी चेष्टा न करे । हमने उसको बम्बईसे बाहर रक्खा था और प्रातः एवं सायंक के समय उसको पवित्र स्थानोंमें नित्य प्रति सामर्थ्यानुकूल टहलनेकी सम्मति दी थी । वह रोगी वास्तवमें पूर्ण पथ्यसे रहकर हमारी सम्मति, पर चलने वाला था; परन्तु कभी, कभी उसके अधीर हो जानेसे हम निश्चय दुःखी हुआ करते थे ।

सन् १९२१ ई० में दिल्लीके स्थानपर एक महाशयने अपनी स्त्रीकी चिकित्सार्थ

हमारी सम्मति चाही । अतः हमने उसको ध्यान पूर्वक देखा और उन दोनोंकी समस्त गाथाको पृथक्, पृथक् सुना । वह युवती प्राय अष्टाईस वर्षकी थी, पन्द्रह वर्षकी आयुसे उसको प्रदर रोग था और कुछही दिनमें उसकी जननेन्द्रियसे श्वेत जलका इतना प्रवाह होने लगा था कि जिस स्थानपर वह बैठ जाती थी वही जलसे दूषित हो जाता था; कुछ दिनतक समयमें पूर्व उसको मासिक धर्म होता था और आवश्यकतामें अधिक रक्त जाता था, किन्तु कुछ दिनके उपरान्त अजीर्ण और अतिसारके कारण मूत्र द्वारा एलव्यूमन आदिके जाने तथा मासिक धर्मके समय रक्तके अत्यधिक प्रवाहसे उसके शरीरमें रक्तकी इतनी कमी हो गयी कि उसको कई कई मासतक मासिक धर्म नहीं होता था, और होताभी था तो बहुत कमीके साथ । अतः उसके शरीरमें क्लोरोसिस (Chlorosis) अर्थात् ऐनेमिया (Anemia) की स्थापना हो गयी, जिस पीड़ा रहने लगी, कुछही सोडिया चढ़नेपर उनका दृश्य घटने लगता था,

धारोष्ण दूध सेवन करनेकोभी कह दिया था। अतः हमारी सम्मतिके अनुसार चिकित्सा करनेसे दो सप्ताहमें अतिसार जाता रहा था, ढाई मासमें लेडी बन्धकर विष्टा होने लगा था, चार मासमें अजीर्ण और शिर पीड़ाको पूर्ण लाभ और सूत्रसे एलव्यूमनका जाना बन्द हो गया था, पाचवे मासके उपरान्त उसकी योनि और कमरकी पीड़ाका इति और जननेन्द्रियसे श्वेत जलका जाना सर्वथा बन्द हो गया था, और छठे माससे रक्तकी यथेष्ट उत्पत्ति हो जानेके कारण नियमित रूपमें मासिक धर्म होने लगा था। परन्तु हमने उसको फिरभी न्यूनाति न्यून तीन मासतक और चिकित्सा करनेकी सम्मति दी थी।

सन् १९१७ ई० के अन्तमें श्यामलीके स्थानपर हमको एक रोगी मिला, जिसने या तो स्वयं संहया भक्षण करलिया था या किसीने उसे शत्रुता वश खिला दिया था। उसके आमाशयमें संहया गये हुए एक घन्टा हो चुका था, उसके मुखमें असंह्य घाव और छाले हो गये थे, उसको शीघ्र, शीघ्र वमनका कष्ट सहन करना पड़ता था और अन्त्रादिके कटनेसे अतिसारकी असह्य पीड़ा दुःख दे रही थी। अतः हमने एक साधारण बड़ा टव मंगाकर उसके भीतर चारो ओर कई तहके बन्ध लगवा दिये और उसमें एक छोटासा खटोला बिछाकर उसपर रोगीको लिटा दिया; तत्पश्चात् टवको जलसे भरवाकर हमने उसको इतनी अग्निपर रक्खवा दिया जिसका ऊष्ण ताप रोगी सहन कर सके, और रोगीको प्याससेभी अधिक कुछ ऊष्ण तापका जल इस लिए पान करनेको दिया, जिससे आमाशयादिमें विषका प्रभाव हलका हो जाय। फल यह हुआ कि चार घण्टेके भीतर यद्यपि उसको वमन, विरेचनका होना बन्द नहीं हुआ था तथापि उसको जो पीड़ाकी वेदना हो रही थी, वह बहुत कम हो गयी थी, और चौबीस घण्टेमें उसकी प्यास पूर्णतः शान्त हो गयी थी। इस प्रकार प्रायः छप्पन घण्टेमें रोगी जोखिमसे बाहर हो गया था। किन्तु पूर्णतः उसको एक सप्ताहमें लाभ हो पाया था। हमारी इस रीतिसे उसको लाभ होनेपर एक वैद्य महाशयने हमारी चिकित्साको अपने आयुर्वेद शास्त्रसे निकली हुई कहा; और सुनते हैं कुछ दिनोंके उपरान्त उन्होंनेभी उसका अनुभव प्राप्त करनेके लिए भूमिमें एक सात फीट नीचा, तीन फीट चौड़ा और छ फीट लांबा गढ़ा खुदवाकर उसमें कोयले दड़का दिये और फिर उनको जलसे बुझाकर तुरन्त उनके भीतर रोगीको दवा दिया, उसने बहुत कुछ उठनेकाभी प्रयत्न किया, परन्तु उसको इतने

बल पूर्वक दवाया गया था कि उसकी सब चेष्टा बृथा रही । उन्होने निरन्तर चौबीस घण्टेतक उसे गद्देमेही कोयलों द्वारा दवा रहने दिया । क्योंकि वह समझते थे कि अधिक समयतक ताप पहुंचनेसे रोगका शीघ्र अन्त हो जावेगा । अतः चौबीस घण्टेके उपरान्त रोगीको निकाला गया, परन्तु वहां आशाके प्रतिकूल परिणाम हुआ, उसके प्राण सदाको विदा हो गये थे और उसका शरीर भुने हुए आलू या शकर कन्दके समान झुल्सा हुआ हो गया था; जिससे वैद्य राज महाशय घरसे किसी औषधिके लानेके बहाने ऐसे भागे कि उनका फिर कभी ठिकाना न लगा । वास्तवमें उस रोगीकी मृत्युके अपराधी हमही हैं । क्योंकि हमने उस मूर्ख वैद्यको तापका महत्व बताया था, जिससे उसने इतनी बड़ी भूल की ।

### संग्रहणी Chronic Diarrhoea.

अजीर्ण और अतिसारके निरन्तर शरीरमें रहनेसे कुछ कालमें उसका संग्रहणीमें परिवर्तन हो जाता है, जिससे रोगी दिनोदिन अधोगतिको प्राप्त होता जाता है, कुछही दिनमें उसके प्राणोंके लाले पडने लगते हैं, और समस्त औषधियां उसको लाभ पहुंचानेमें निरर्थक सिद्ध होती हैं । हां, कुछ दिनके लिए जो नयी औषधि दी जाती है उसका प्रभाव लाभप्रद प्रतीत होता है, किन्तु कुछही दिनमें उसके अभ्यस्त होनेपर उसके सेवनसे रोगमें कोई न्यूनता नहीं होती । संग्रहणीमें इजेक्षन्स द्वारा उसी प्रकार हमारा शरीर दूषित और निष्कर्म होजाता है, जिस प्रकार किसी विपैले सर्पके दंशने पर हमारा शरीर विपैला हो जाता है । संग्रहणी और क्षयीमें वास्तवमें कोई अन्तर नहीं है । क्योंकि दोनोंही रोग हमारे शरीरको क्षय करने वाले हैं । संग्रहणीमेंभी उसी प्रकार शरीरके समस्त अवयव दूषित और निबल हो जाते हैं, जिस प्रकार क्षयीकी दशामे हमारे गात्रका प्रत्येक अङ्ग शक्ति हीन और विपैला हो जाता है । अतः संग्रहणीकी चिकित्सा करनेमें बहुतही सावधानीकी आवश्यकता है । संग्रहणी के रोगीको बेदाने अनारके अतिरिक्त अन्य कोईभी आहार उपयोगी नहीं हो सकता । संग्रहणीकी दशामे न्यूनाति न्यून प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे छाती एवं उदरपर ताप पहुंचाना और उदर वन्धनका प्रयोग करना चाहिये; और प्राय एक वर्षतक रोगीको तापकी चिकित्सामें रक्खकर केवल रसीले फलोंका आहार देना चाहिये, अन्यथा वर्ष, दो वर्षमें पुनः संग्रहणीका आक्रमण हो जाता है ।

सन् १९१८ ई० के अन्तमें जब हम सोमना रेलवे स्टेशनपर अपने एक मित्रके

साथ, जो कि उस समय वहां स्टेशन मास्टर थे, ठहरे हुए थे, तो सोमना ग्रामके एक ठाकुर महाशय, जिनकी स्त्री सग्रहणीसे पीडित थी और जिसकी ओरसे वहांके समस्त चिकित्सक हताश हो लिये थे, हमको उसे दिखाने ग्राममे लेगये । हमने उसको देखा—उसका शरीर केवल अस्थियोंका पिंज्र प्रतीत होता था, वह बिना किसीकी सहायताके बैठभी नहीं सकती थी, उसको दिनमें कई बार बिछोका त्यागन करनेको बाध्य होना पड़ता था, उसको ज्वरभी बनाही रहता था, बिछोमे कभी, कभी श्लेष्मके अतिरिक्त रक्तभी आजाता था, उसके मुखका रसाद बहुतही विगडा हुआ रहता था; उसको कोईभी पदार्थ पाचनमें नहीं आता था, और कभी, कभी जब अतिसारका दौरा हो जाता था तो वह बहुतही दुःखी होती थी । परन्तु ऐसी दशा होते हुएभी हमने उसकी चिकित्सा अपने हाथमे लेली । हमने उसके लिए केवल अनार या अंगूरके आहार, और ताप पहुंचानेमें असुविधा होनेके कारण केवल उदरपर प्रति दिन तीन बार मृत्तिका बन्धन प्रयोग करनेकी सम्मति दी थी । फल यह हुआ कि पहिले दिनके प्रयोगसेही उसको विष्टा बन्ध कर आया, और दो सप्ताहके भीतरही उसको इतनी शक्ति प्राप्त हो गयी कि वह स्वयं एक घरसे दूसरे घरमें जाने लगी । परन्तु हमारे बहुत कुछ कहनेपरभी उसने धनाभावसे यथेष्ट फलोका सेवन नहीं किया, जिससे वह तीसरे सप्ताहमें दुर्बल होजानेके कारण अचेत होकर गिर पड़ी और उसकी बत्तीसी वन्द होगयी । अब क्या था आकाश टूट पडा । हमारे समस्त परिश्रमपर पानी पड गया । यशके स्थानमें अपयश मिलने लगा । उसके पतिके मझले भाईकी स्त्रीने शिरपर पहाड उठा लिया । उसका कहना था कि अन्न बन्द करनेकाही यह परिणाम है । अतः हम ऐसे अपमान जनक शब्दभी धैर्यके साथ सुनते रह । क्योंकि हमको अपनी चिकित्सापर पूर्ण विश्वास था । अतएव हमने उसको सचेत करनेके निमित्त स्वयं अपने हाथसे रात्रिके आठसे ग्यारह बजेतक उसकी ग्रीवा, छाती, उदर एवं मस्तकपर ताप पहुंचाया, जिससे वह ग्यारह बजेके निकट सचेत हो गयी, और हम शयनार्थ चले गये । अगले दिन एक अन्य ठाकुर देवता उसके घरपर आये और हमको उसे अन्न देनेकी सम्मति देने लगे । परन्तु हमने स्पष्ट कह दिया कि हम अपनी जिह्वासे अन्नकी सम्मति नहीं दे सकते, जिसकी इच्छा हो वह चिकित्सा करे या न करे । अन्तमे समस्त ठाकुरोंने यही निश्चय किया कि

रोगीकीभी सम्मति ली जाय । अतः रोगीसे चिकित्सा करने न करनेका प्रश्न किया गया; और उसने स्पष्ट शब्दोंमें अपना यथेष्ट फल सेवन न करने का दोष स्वीकार करते हुए कह दिया—“ वह चिकित्सा, जिसने दो सप्ताहमें इतना चमत्कार दिखाया किस प्रकार बन्द की जा सकती है ? ” अतएव उसके ऐसा कहनेसे हमको बहुतही प्रसन्नता हुई । क्योंकि हमको ऐसा कोई रोगी नहीं मिला था, जो अपने दोषको स्वीकार करले । इसके उपरान्त कोई दो मास पर्यन्त उसकी चिकित्सा और हुई । परन्तु हमारी सम्मति कमसे कम छ. मासतक चिकित्सा करनेके लिए थी । यद्यपि ढाई मासकी चिकित्सासेही उसको बहुत कुछ लाभ हो गया था, और उसको जो मासिकधर्म कई माससे बन्द था होने लगा था । परन्तु जैसा हम चाहते थे वैसा नहीं हुआ था । इसके अतिरिक्त हमारी सम्मतिके विपरीत उसको गर्भ धारण करनेके लिए बाध्य किया गया, जिससे सन् १९१९ ई० के अन्तमें उसके विना किसी आपत्तिके कन्याका जन्म हुआ । अपरञ्च सन् १९२० ई० में उसको अपने भाईके विवाहमें जाना पड़ा, जहां कि वह बहुत कुछ कुपथ्यसे रही । अतः उसको निमोनिया हो गया और उसका दुर्बल शरीर उसका सामना न कर सका । अतएव निमोनियाके कारणही उसकी मृत्यु हो गयी । उसको हमारी चिकित्सामें इतना विश्वास था कि वह मरते समयतक हमारे बुलानेकोही कहती रही । वास्तवमें वह साक्षात् देवी थी । इसीसे उसके गुणोंकी जो कुछभी प्रशंसा की जाय थोड़ी है । उसके मरनेके उपरान्त उसके पतिने हमसे अनेक बार सोमना रहनेको कहा, परन्तु उसके विना हमको वहां रहनेमें दुःखोंके अतिरिक्त कोई सुख न था । इसीसे हमने वहां रहना उचित न समझा ।

एक रोगी सन् १९१९ ई० के अन्तमें हमको बम्बईमें मिला था । वह कई वर्षसे संग्रहणीसे पीडित था; हरिद्वारके किसी बड़े वैद्यनेभी उसकी निरर्थकही चिकित्सा की थी; उसको कई वैद्योंने केवल छाछ या फलोंपरभी रक्खा था; डाक्टरोंनेभी उसको तीन डोजनसे अधिक इन्जेक्शन दिये थे; वह जब उत्तर-भारतमें चला जाता था तभी उसको कुछ लाभ प्रतीत होने लगता था, परन्तु बम्बई पहुंचतेही या कुछ दिन उपरान्त उसको संग्रहणीका दौरा होने लगता था; जिस समय वह हमारी चिकित्सामें आया था उस समय उसको नित्य तीस, चालीस बार शौच हो जाना

पड़ता था, उसके उदरमें प्रत्येक समय गुड, गुडके शब्द हुआ करते थे, उसके पैरोपर सूजन आगया था और वह अति दुर्बल था इस लिए हमारे निकटतम बड़ी कठिनतासे आया था, उसके शरीरका रङ्ग रक्तकी न्यूनतासे श्वेत हो गया था, समस्त शरीर अस्थियोंका पिञ्जर दीखता था; उदर कमरसे लगा हुआ तथा रूखा प्रतीत होता था, और हाथसे दवानेपर नाडियों और अन्नको कठोरताका ज्ञान होता था, शिर पीडाभी प्रायः दुःख दिया करती थी, मुखका स्वाद कभी ठीक न रहता था, और डाक्टरोंके इजेक्षन्ससे उसकी वाम भुजामें बहुत पीडा और दाह थी । हमने उसको चिकित्सा करनेसे पूर्व कुछ दिनको बम्बई छोड़ देनेको कहा । परन्तु वह एक साधारण वेतनका क्लर्क था । इस लिए उसकी उस समय ऐसी स्थिति नहीं थी कि वह बम्बई छोड़कर अन्यत्र चला जाता । इसपरभी उसने बम्बई नगरसे बाहर किसी सैठके बङ्गलेपर रहनेकी व्यवस्था कराली । अतः वह वहा चला गया और हमारी आज्ञानुसार प्रति दिन तीन बार दो, दो घण्टे छाती, उदर और वाम भुजापर ताप एवं मस्कती अनारका लेना आरम्भ किया, जिससे पहिले सप्ताहमेही उसको इतना लाभ पहुंचा कि वह प्रति दिन एक बार शौचको जाने लगा, विष्टेके साथ रक्त आना बन्द हो गया, पैरोंका सूजन कम हो गया और वाम भुजाकी दाह और पीडा जाती रही, दूसरे सप्ताहके उपरान्त उसके शरीरमे कुछ अधिक चैतन्यता प्रतीत हुई, विष्टेके साथ श्लेष्म जाना बन्द हो गया, मुखका स्वाद पहिलेकी अपेक्षा बहुत अच्छा रहने लगा, और पैरोपर किञ्चित मात्र सूजन न रहा । अतः दिनोदिन उसको अधिकाधिक लाभ होने लगा । एक मासके उपरान्त वह अनारके अतिरिक्त, विना हमारी आज्ञाके, अपनी आर्थिक स्थिति अच्छी न होनेसे, मौसम्बी, सगतरा, गन्ना, अङ्गूर, और काशमोरी नाशपातीभी सेवन करने लगा था । परन्तु उस समय उसकी पाचन शक्ति इस योग्य हो गयी थी कि उक्त फलोंसे उसको कोई कष्ट प्रतीत नहीं हुआ । किन्तु यदि वह कुछ दिन और उसी मस्कती अनारपर निर्वाह करता तो अधिक लाभ और बल प्राप्त होता । दूसरे मासके उपरान्त उसने सर्दी खर्बूजा और शरीफा आदिभी लेना आरम्भ कर दिया था, परन्तु इतनी बात अच्छी थी कि वह प्रत्येक फलको यथाशक्ति बहुतही धीरे, धीरे और भले प्रकार दातोसे चबाकर सेवन किया करता था, प्रत्युत यथा सम्भव वह प्रायः फलोका रस चूसकर फोक थूक देता था । इसीसे बहुधा स्थूल फलभी



आमाशय और अन्त्रादिमें अपने वोज़से अधिक दाह या पीड़ा उत्पन्न नहीं करते थे । किन्तु यह सब कुछ होते हुएभी यह भारी फलोंके लेनेकाही परिणाम था कि उसको प्रायः डकारें आया करती थीं और छः मास पर्यन्त चिकित्सा करनेपरभी उसके आमाशय और उदरमें दूषित गैसोंकी उत्पत्ति होना बन्द न हुई, जिससे बहुधा उसके उदरमें गुड़, गुडके शब्द हुआ करते थे । इसके अतिरिक्त उसको गाढ़ा विष्टा होते हुए-भी लेडी बन्धकर न आता था । अन्ततः उसने छः मासके उपरान्त फिर अनारपर निर्वाह करना आरम्भ किया, किन्तु उस समय मस्कृती या वेदाने अनारकी ऋतु न थी इस लिए उसको ढोलके या अहमदाबादके अनार लेनेको वाध्य होना पड़ा । यद्यपि अन्य फलोंकी अपेक्षा उक्त जातिके अनारोंसेभी उसको बहुत लाभ पहुंचा, किन्तु वेदाने या मस्कृती अनारके समान वह गुणकारी सिद्ध न हुए; प्रत्युत उनकी उत्तेजना और कसीले स्वादसे कभी, कभी उनकी ओरसे घृणा हो जाती थी । उस रोगीको किसी, किसी बातपर ऐसी हट हो जाया करती थी कि वह हमारे बहुत कुछ लिखने परभी उसे स्वीकार नहीं करता था । इसीसे जेन्वेरी सन् १९२० ई० में जब हम बम्बईसे सोमना चले गये तो उसने हमारे बहुत कुछ समझानेपरभी कुछ दिन अनारके स्थानमें इस अनुमानसे केवल गन्ना लेना आरम्भ कर दिया कि वहभी रससे परिपूर्ण होनेके कारण सरलता पूर्वक पाचनमें आकर शीघ्र और अधिक रक्तकी उत्पत्ति करेगा । परन्तु उसने यह नहीं विचारा कि गन्ना अनारकी अपेक्षा अधिक मीठा तथा उत्तेजक होनेके अतिरिक्त अधिक स्थूल कणोंसे सङ्गठित होनेके कारण कैसे सुगमता पूर्वक पाचनमें आकर शीघ्र और अधिक रक्तकी उत्पत्ति कर सकता है । अन्ततः गन्नेके सेवनसे जब उसको अधिक डकारें आने लगीं, गैसोंकी उत्पत्तिसे उदरमेंभी अधिक गुड़, गुडके शब्द होने लगे और विष्टा छाग रूपमें आने लगा, तो उसने हमारी सम्मतिको स्वीकार किया । किन्तु यदि वह आरम्भसेही शीघ्रता या हमारी सम्मतिको काटनेके लिए अपनी बुद्धिका अनुचित व्यय न करता तो उसको अधिक समयतक हमारी चिकित्सामें रहनेकी आवश्यकता न होती । परन्तु फिरभी फलोंकी कृपासे अधिक हानि न होनेके कारण इतना अच्छा था कि चिकित्सा आरम्भ करनेसे तीन मास उपरान्त वह अपनी नौकरीपर जाने योग्य हो गया था; अन्यथा बम्बई सरीखे रूखे नगरमें विना धनके चिकित्सा करना बहुतही कठिन होता । सन् १९२२ ई०के अन्ततः कभी, कभी हमको उसकी कुशल मिलती रही थी; प्रत्युत

एक पत्रमे उसने हमको लिखा था—“It is no doubt true, that your system of cure is the gift of Heaven's, and it is not the matter of exaggeration if I say that even the gods of wealth are unable to pay the real value of it—” इसके उपरान्त उसका अन्तिम पत्र सन् १९२३ ई० के आरम्भमें हमको अलीगढ़मे मिला था । जो कि उसने उन्नावसे भेजा था । उसके पढ़नेसे ज्ञात होता था कि गत वर्षोंकी अपेक्षा उसका स्वास्थ्य बहुत अच्छा था, और उसके शरीरमे सग्रहणीका अंश नहीं रहा था ।

सन् १९१६ ई० में हम विजनौरसे एक रोगीकी चिकित्सार्थ मुरादाबाद गये हुए थे, उसी समय एक ब्राह्मण, चपरासीका पुत्र, अपने ज्येष्ठ पुत्रको दिखाने घर ले गया । उसका घर राम-गङ्गा तटपर नवावपुरमें था । इसमे कोई सन्देह नहीं कि यदि उस घरके चारो ओर नौच एवं अपवित्र जातियोका वास न होता और उस घरके कमरोंकी बनावटमें वायु सञ्चारका ध्यान रक्खा गया होता तो वह क्षयके रोगियोंके निमित्त बहुतही सुन्दर स्थान था । परन्तु जिस समय हमने उस रोगीको उस घरमें देखा तो हमको बहुतही दुःख हुआ । क्योंकि उस समय वहाकी वायु बहुतही दूषित थी, और विशेषतः रोगीके कमरेकी वायु तो प्रकाश न पहुँचनेसे आरोग्य मनुष्यकोभी रोगी बना देनेवाली थी । किन्तु खेद है उसके चिकित्सकने इस ओर कोई ध्यान नहीं दिया । वह रोगी प्रायः अठारह वर्षका नवयुवक था, और उसका पिता कुछ दिन हमारे प्रेसमे नौकर रह चुका था । इसके अतिरिक्त वह सजातीयभी था । इसीसे हमारे छोटे चवाने हमसे उसकी ध्यान पूर्वक चिकित्सा करनेको कहा था । परन्तु उसके उत्तरमें हमको स्पष्ट कहना पड़ा—“अब किसी प्रकार उसके प्राण नहीं बच सकते । इस लिए चिकित्सा करके अपने माथे कलङ्क लेना उचित नहीं । क्यों कि जैसा कि मूर्ख चिकित्सक कहते हैं, उसको सग्रहणी नहीं है, प्रत्युत उसकी अन्त्र ट्यूबरकुलोसिसकी रसोलियो और फोर्बोसे भरी हुई है, जिसके कारण उसको अतिसारकी पीडा है, और उसका डाक्टर उसे सग्रहणी समझा हुआ है ।” हमारे यह स्पष्ट शब्द उस समय किसीकोभी भले प्रतीत न हुए, हम सबकी दृष्टिमें कण्टकके समान गये, प्रत्युत हम उनकी दृष्टिसेही च्युत हो गये । इसके अतिरिक्त रोगीके

पिताने यह समझा कि कदाचित फीस न देनेसेही चिकित्सा करना नहीं चाहा । अपरञ्च हमारे चचा उसके युवा पुत्रके विषयमे ऐसे शब्द निकालनेपर हमको कुछ कड़ी दृष्टिसे देखकर कहने लगे—“ ईश्वरकी लीला ईश्वरही जानता है, तुम्हारा ऐसा कहना सब निर्मूल है । तुम उसके भेदोंको नहीं जान सकते, प्रत्युत ऋषियोंने-भी उसकी लीलाओंका पार नहीं पाया । तुमको ऐसे शब्द कभी प्रयोग न करने चाहिये । क्योंकि ‘ जवतक श्वांसा तवतक आशा । ’ अभी कुछ दिन अनुभव प्राप्त करो । ”

उक्त शब्दों द्वारा हमारे चचाने केवल हमाराही अपमान नहीं किया, प्रत्युत हमारी विद्याको कलङ्कित करनेका पाप कर्म किया । हमको उस समय उनके वह वचन बहुतही कटु प्रतीत हुए । उन्होंने तनिकभी बुद्धिसे काम नहीं लिया, इसीसे हम यह समझकर मौन हो गये कि:—

वात हककी जब कही तों, यह नतीजा बस हुआ :

हमभी नजरोमें यों उनकी, खार ‘ कर्नल ’ होगये ।

किन्तु उस समय हमने इतना अवश्य कह दिया था—“ हम फिर कहते हैं कि संसारमें कोई बड़ीसे बड़ी शक्तिभी अब उस रोगीको नहीं बचा सकती, और शीघ्र उसका परिणाम मृत्युही है । ” क्योंकि हम यह देख चुके थे कि उसके शरीरमें रक्तका बनना बन्द हो गया था, वह शैयाका दास बन गया था, प्रत्युत अपनी इच्छानुकूल कर्वटभी नहीं ले सकता था, उसके शरीरमें अस्थियोंके ढाँचके अतिरिक्त कहीं मांस दृष्टिगोचर न होता था, उसका उदर शुष्क होकर कमरमें जा लगा था, उसकी अन्त्रमे विकल करनेवाली वेदनाका ज्ञान होता था, मल द्वारा श्लेष्म और रक्त आया करता था, और शरीरमें ज्वरभी बनाही रहता था । परन्तु इसपरभी उसके अनुभवी डाक्टरका कहना था कि वह आगामी सप्ताहमें उसकी अन्त्रादिको स्वच्छ करके उसको संग्रहणी रोगसे मुक्त करनेका उपाय करेगा । किन्तु अन्त्र स्वच्छ करनेसे पूर्वही रोगी मृत्युको प्राप्त हो गया, और हमारे उस समय कटु प्रतीत होनेवाले वचनोकी सिद्धि हो गयी । इसमे कोई सन्देह नहीं कि उसका मरण हो जानेसे मस्तिष्कमें बुद्धि रखने वालोंको हमारे अनुभवका परिचय हो सकता है । परन्तु वास्तवमें हमको उसकी असमय मृत्युसे बहुतही दुःख हुआ । क्योंकि वह अपने पिताका एक होनहार और बहुतई शात प्रकृतिका पुत्र था, दूसरे सूखों और पाखण्डियोंकी क्रूरता वश उसकी स्त्री सदाको विधवा हो गयी ।

सन् १९१७ ई० में काशीके एक प्रख्यात वैद्य श्री हरि वल्लभाचार्य बहुत दिनसे क्षयी रोगसे पीड़ित थे । अतः हम अपने ज्येष्ठ भ्राताके आग्रहपर प्रयागसे उनको देखने काशी गये हुए थे । किन्तु उनके दोनों फुफ्फुस इतने दूषित हो चुके थे कि हमने उनकी चिकित्सा करना स्वीकार न किया । उसी समय अकस्मात् बाजारमें जाते समय एक युवकने अपनी टोपी हमारे पैरोमें रक्खदी और न जाने क्या गिड़, गिड़ाने लगा । उसका यह कृत्य देखकर हमभी बहुत घबराये, किन्तु हमने उसको आश्वासन देते हुए स्पष्ट शब्दोंमें कहनोको कहा । अतः वह कुछ काल ठहरकर बोला—“ आप वही प्रयाग वाले डाक्टर हैं न, जो प्राकृतिक चिकित्सा करते हैं ? ” हमारे—हा—करनेपर फिर उसने सक्षेपमें अपनी माताके रोगी होनेकी कथा सुनायी और उसकी चिकित्सा करनेके लिए आग्रह किया । अतएव हमने उसकी माताको जाकर देखा । उसकी आयु प्रायः पैंतीस वर्षकी थी, वह कई वर्षसे संग्रहणी रोगसे पीड़ित थी, उन दिनों उसको अतिसारका भारी दौरा हो रहा था; उसके उदरमें मरोड़की पीडा होती थी, विष्टेके साथ कभी, कभी श्लेष्म, या श्लेष्म और रक्त आता था, या केवल झागोंके समान विष्ट होता था, अतिसारके दौरोंके दिनोंमें प्रायः विष्टा त्यागनेके समय उसकी काष्ठ लगभग तीन इंच बाहर निकल आती थी, उसकी काष्ठमें अनेक श्वेत रङ्गके घाव हो रहे थे और घावोंके चारों ओर दाहसे लाली प्रतीत होती थी, जिससे ज्ञात होता था कि उसकी समस्त अन्त्र और आमाशय घावों और दाहमें परिपूर्ण था, उसके मुखमें बहुधा छाले हो जाते थे, उसके विष्टेमें बहुतही दूषित गन्ध आती थी, उसको श्वेद बहुतही कम आता था; उसकी त्वचा रूखी प्रतीत होती थी; तीन माससे उसको मासिक धर्म नहीं हुआ था, उसके शरीरमें रक्तकी बहुत न्यूनता थी और केवल अस्थियाही दीखती थी । इसके अतिरिक्त उसको प्रदर रोगभी बहुत दिनसे दुःख दे रहा था । उसको संग्रहणीकी पीडा होनेका कारण यह था कि उसके माता-पिताको सदासे अजीर्ण रहा करता था । अतः उसकोभी जन्म कालसेही अजीर्ण रहने लगा और माताके स्तनोंमें दूधकी कमीसे गौऊका दूध अथवा समयसे पूर्व अन्नादि सेवन करनेसे उसको ढाई वर्षकी अवस्थामें ऐसा अतिसारने घेरा कि निरन्तर कई मासतक वह उससे पीड़ित रही, और उससे मुक्त हो जानेपरभी यदा, कदा अतिसारसे दुःख पाती रही, प्रत्युत हमारे अनुमानसे तो उसको सदाही अतिसारकी पीडा बनी रही ।

क्योंकि उसको कभी लेडी वन्धकर विष्टा नहीं होता था, उसके मलमें अप्रिय, दूषित गन्ध प्रतीत होती थी, और विष्टेका परिमाणभी आवश्यकतासे अधिक होता था, उसके मलके श्वेत रङ्गसे यह ज्ञान होता था कि उसका पाचनके समयसे पूर्व अर्थात् विना पाचनमें आयेही त्यागन होता था; और उसको गुदा द्वारा दूषित वायु ( गैसो ) काभी बहुत त्यागन होता था । इसके अतिरिक्त वह कभी पथ्यसेभी रहना नहीं जानती थी । अपरञ्च वह पाचक चूर्ण एवं अन्य अनेक औषधियां सेवन करते, करते अपनी पाचन शक्तियोंको कर्त्तव्य च्युत कर चुकी थी । इसीसे अनेक औषधियोंकी अभ्यस्त हो जानेपरभी उसे निरन्तर अजीर्ण और अतिसार रहनेके कारण उसके शरीरके समस्त अवयव और रक्त दूषित हो गया था, जिससे वह फूलकर बहुतही भारी होने लगी थी । किन्तु पन्द्रह और बीस वर्षकी अवस्थाके बीचमें उसको चार बार विश्चिकाकी पीडा हुई थी, और प्रदर रोगभी अधिक वृद्धिको प्राप्त हो गया था । इसके अतिरिक्त इक्कीसवें वर्षमे वह विधवा हो गयी थी । इसीसे वह एकैक सूखकर कांटा हो गयी, और अपनी आयुके तीसवें वर्षमें वह वद्री नारायणकी यात्राको चली गयी थी । अतः वहां चलनेके परिश्रम और शरीरमें अजीर्णका दूषित अंश होनेसे वही उसको संग्रहणीने घेर लिया । अतएव बड़ी कठिनातासे वह वहांसे लौटकर काशी अपने पिताके घरतक पहुंची । उस समय उसके बचनेकी कोई आशा न थी । किन्तु किसी प्रकार वह उस समय बच गयी, परन्तु उसके शरीरसे रोगका अन्त नहीं हुआ था । इसीसे यदा, कदा संग्रहणीके आक्रमण होते रहे; और किसी, किसी समय ऐसे भारी दौरे होते थे कि सब उसके जीवनसे हताश हो जाते थे; और हमारे देखनेके समयभी उसको ऐसाही दौरा हो रहा था । परन्तु उस समयतक हमारी दृष्टिमें उसका रोग साध्य था । अतः हमने उसको प्रति दिन तीन बार दो, दो घण्टे छाती, उदर और गुदापर ताप पहुंचाने और उसके उपरान्त ऐसा उदर बन्धन प्रयोग करने, जो उदरके अतिरिक्त लंगोटीके समान कटा हुआ होनेसे कावकी पीडाकी रक्षा कर सके, की सम्मति दी; और आहारके निमित्त हमने न्यूनाति न्यून तीन मासतक उसे केवल अनार लेने, उसके उपरान्त अनारके साथ अंगूर, काशमीरी नाशपाती, संगतरा आदि सेवन करने और तत्पश्चात् जैसी सामर्थ्य हो वैसे, वैसे फलोपर निर्वाह करनेको कहा था । परन्तु इन सब बातोंसे अधिक बल हमारा इस बातपर था कि उसको काशी सर्राखे अपवित्र नगरमें

न रक्खा जाय । जब हम समस्त रूपेण उसकी चिकित्साके निमित्त सम्मति देकर चलने लगे तो रोगीके वृद्ध पिताने ५० रुपये हमारी भेट किये । परन्तु हमने उसे लेना इस लिए अस्वीकार किया कि उस समयतक उसकी चिकित्साका प्रारम्भ नहीं हुआ था । अतः दूसरे दिन उसके पिताने हमारे हाथसेही चिकित्साका प्रारम्भ करा दिया, रोगीके रहनेकी रामनगरमें व्यवस्था कर दी, और उस दिन चलते समय उसने फिर हमको ५० रुपये भेट किये । हमने उससे दो दिनकी फीस अर्थात् केवल १० रुपये उठाना चाहा, क्योंकि उस समय हम केवल ५ रुपये ही प्रति फीसमें लिया करते थे । हमारे इस व्यवहारसे उसने ५० रुपयोंके अतिरिक्त १० रुपये दोनों दिनकी फीस और भेट की । हम उसके इस अनौखे कृत्यको देखकर बहुतही चकित हुए । उसने कहा—“ आपकी चिकित्सा ऐसी है कि यदि कोई बुद्धिसे काम ले तो केवल एक फीस अर्थात् ५ रुपये देकरही अपनी तथा दूसरोंके रोगोंकी चिकित्सा कर सकता है । क्योंकि आपका चिकित्सा विधिमें सब रोगोंकी चिकित्सा करनेमें एकही क्रिया है, और उसको आप उदारता पूर्वक पहिलेही दिन प्रत्येक रोगीको बता देते हैं, और मान लीजिये कि कोई बहुतही मूर्ख हुआ तो उसको कमसे कम एक मासमें आपकी आवश्यकता होगी, अर्थात् यदि वह आपकी चिकित्सामें अधिकसे अधिक एक वर्ष रहा तो आपको केवल ६० रुपये प्राप्त हुए । अतः इस प्रकार आप कभीभी सुखसे न रह सकेंगे । इसके अतिरिक्त ऐसे स्वार्थी रोगियोंकी आप कभी हृदयसे चिकित्सा न कर सकेंगे, प्रत्युत रोगियोंकी ओरसे आपका हृदय इतना खिन्न हो जावेगा कि आप उनका हित चाहनेके स्थानमें अहित चाहने लगेंगे । इस लिए मेरी तुच्छ सम्मति यही है कि समर्थ रोगियोंसे फीसके स्थानमें आप किसी नियत धनको लेना निश्चय कर लिया करें, और आधा या चौथाई धन अगल लेलें । ” इसपर हमारा उसका बहुत तर्क हुआ, परन्तु अन्तमें हमको उससे ६० रुपये लेनेको बाध्य होना पड़ा, और उसके उन रुपयोंसे हमारा बहुतही काम निकला । क्योंकि प्रयागसे चलते समय हमसे, उन लोगोंने, जिनके साथ हम प्रयागमें ठहरे हुए थे, कुछ वस्तुएं काशीसे लानेको कहा था, और हमारी जेबमें आने, जानेका भाड़ाभी बड़ी कठिनतासे था, इसके अतिरिक्त जिन प्रेसवाले महाशयने हमसे कुछ सहायता लेनेके लिए हमको प्रयाग बुलाकर निरन्तर कई मास पर्यन्त हमसे अपने कार्यालयका काम लिया था और हमने

उनके पुत्र एवं पुत्रीकी चिकित्साभी की थी, चलते समय काम निकल जानेपर आने जानेका भाड़ाभी नहीं दिया । अतः यदि उस समय हमारी जेबमें उन लोगोसे गुप्त रखे हुए वह रुपये न होते तो हमको कितनी आपत्तिका सामना करना पड़ता । उस समय हमारे हृदयसे काशीवाले रोगीके लिए अनेक आशीर्वाद निकलते थे, और तनिकभी उसके समाचार मिलनेमें विलम्ब होता था तो हम अधीर हो जाते थे । उसको हमारी चिकित्सा, अनारके आहार, और रामनगरकी जल वायुसे पहिले सप्ताहमेंही अपूर्व लाभ हुआ । उसकी अतिसारकी पीड़ाका अन्त हो गया, वह प्रति दिन पच्चीस, तीसके स्थानमें केवल एक बार शौचकी जाने लगी, उदरकी मरोड़का सदाको अन्त हो गया और विष्टके साथ श्लेष्म या रक्तका जाना बन्द हो गया; दूसरे सप्ताहमें उसको ज्ञागोके स्थानमें कुछ बंधा हुआ विष्टा होने लगा, उसके विष्टकी गन्धमें बहुत न्यूनता होगयी, गुदा द्वारा दुर्गन्धित वायुके निकलने और उसकी तीक्ष्ण गन्धमेंभी बहुत कमी होगयी, और काष्ठका निकलना एक ओरसे बन्द हो गया; तीसरे सप्ताहमें उसके मुखके छालोंका लोप हो गया, मुखका स्वाद सुधरा हुआ और हलका रहने लगा, शरीरमें कुछ, कुछ चैतन्यता प्रतीत होने लगी, एक मासमें वह शैयासे उठ खड़ी हुई और दस, पाच पग चलने लगी, धीरे, धीरे रक्तकी वृद्धि होना आरम्भ हुई, समस्त शरीरमें श्वेद प्रतीत होने लगा और उसके सूत्रके रङ्गमें हलकापन हेा गया, दो मासमें वह एक फर्लाङ्ग विना कष्टके चल सकती थी, प्रदर रोगकाभी उस समय अन्त हो लिया था और उसे कोई कष्ट न था, केवल उदरमें गुड़, गुड़के शब्द हुआ करते थे, लेंडी बन्धकर विष्टा और मासिक धर्म नहीं होता था; तीसरे मासके तीसरे सप्ताहमें पहिली पहिल उसको पुनः मासिक धर्मका होना आरम्भ हुआ था, परन्तु उस समय उसके बहुतही अल्प मात्रामे रक्त आया था और केवल एकही दिन आकर रुक गया था; चौथे मासके तीसरे सप्ताहमें उसकी हस्त-तल और हाथोके दसों नख रक्तकी उत्पत्तिके कारण लाल हो गये थे, किन्तु उस मासमें-भी उसको मासिक धर्मके समय यथेष्ट रक्त नहीं आया था, परन्तु उसका मूत्र श्वेत वर्णका हो गया था; पाचवें मासमें उसने कुछ और उन्नति की थी; किन्तु छठे मासके अन्ततक उसको कोई पीड़ा न रही थी, मासिक धर्म समयपर यथेष्ट मात्रामें होता था, उदरकी गुड़, गुड़ जाती रही थी, विष्टा लेंडी बन्धकर

होने लगा था और वह आनन्द पूर्वक कई मील टहलने जा सकती थी । कुछ दिन तक, जबतक कि संग्रहणीके कारण उसके मुखका स्वाद ठीक नहीं था, वह अपने परिचारकोंको बहुत तङ्क किया करती थी । क्योंकि चिरकालतक रोगी रहनेसे एक तो वह चिड, चिडे स्वभावकी हो गयी थी, दूसरे उसको सदा उत्तेजक पदार्थोंके सेवन करनेकी लपस्या बनी रहती थी । परन्तु उसके परिचारकोंने बड़ी बुद्धिमत्तासे उस समयको उसे पथ्यसे रक्खकर निकाल दिया, और उसके निकल जानेपर चिकित्साके प्रभावसे उसकी पाचन क्रियाके ठीक होनेपर मुखकास्वाद ठीक करनेके लिए उसे किसी उत्तेजक पदार्थके सेवन करनेकी इच्छा होनी उसी प्रकार वन्द हो गयी जिस प्रकार अजीर्णके शान्त हो जानेपर प्यासकी इच्छा नहीं रहती । वास्तवमें अजीर्ण या संग्रहणीके रोगीके पथ्यका ध्यान रक्खनाही एक परमाश्वयक बात है । क्योंकि संग्रहणीका रोगी प्रथम तो क्षुधा या सामर्थ्यसे अधिक आहार सेवन कर जाता है, द्वितीय उसे प्रत्येक समय इस लिए उत्तेजक पदार्थोंके भक्षण करनेकी इच्छा बनी रहती है कि अजीर्णवश उसके मुखका स्वाद ठीक नहीं होता, तृतीय उसको विष्टेका त्यागन कच्चे रूपमें होनेसे शरीरके अवयवोंको पोषक पदार्थ न मिलनेके कारण आमाशयको क्षुधा बनीही रहती है । अतः अजीर्ण, अतिसार और संग्रहणीके रोगियोंके परिचारकोंको चाहिये कि वह अपने रोगियोंको कभी भूलकरभी उनकी सामर्थ्यसे अधिक और कुसमय भोजन न दें । इसमें कोई सन्देह नहीं कि हमारे उक्त रोगीको छः मासमें लाभ होगया था और उसके उपरान्त तीन मासतक वह हमारी चिकित्सामें और रही, जिससे हमको बहुत प्रसन्नता हुई, परन्तु उसके आरोग्य होनेके पाच, छः मास उपरान्त उसके उस उदार पिताकी मृत्यु हो गयी, जिसने हमको अमूल्य उपदेश दिया था । उसके वह शब्द हमको आजभी उसी प्रकार स्मरण हैं, और अनेक उन कृतघ्न रोगियोंके नीच व्यवहारके कारण, जो उन्होंने हमारी सहानुभूति और सेवाओंके स्थानमें किये थे, हमको उस वृद्ध पुरुषके शब्दोंका तत्क्षण स्मरण हो आया, हम अपनी मूर्खतापर पश्चाताप करके एक ठन्डी आह भरकर चुप हो गये, और इतना कहकर सन्तोष करलिया—“ दु खीको दु ख देकर कोई सुखी नहीं हो सकता और अन्यायके साथ किसीके अधिकारोंका नाश करके कोई एक पलभी सन्तोषसे नहीं बैठ सकता । ”

इसके अतिरिक्त हमारा तो यही कहना हैः—



क्या करें अब आज सामां, उनके मरनेके लिए ?  
 आहो मजलूमान हैं बस, उनके मरनेके लिए ।  
 औरभी जो कुछ सितम हैं, खोलकर दिठ वह करें,  
 हमतो पैदाही हुए हैं, सिर्फ मरनेके लिए !  
 किस गुमांमें वह उदू हैं ? क्या सितम यह ढारहे ?  
 खुदही सामां यह किये हैं, आप मरनेके लिए ।  
 है बका दुन्यामे ' कर्नल ', वह उदूके सामने,  
 जान जिसकी हाथपर हो, आज मरनेके लिए ?  
 क्या उठाते हैं वह ज़ालिम, आज इस शमशीरको,  
 बेकसोपे वार करके, डूब मरनेके लिए ।  
 मुफ्तकी इन खिदमतोका, जो सिठा हमको मिला,  
 है वह काफ़ी उम्र भरको, गुममें मरनेके लिए ।

इसके अतिरिक्त हमारे परिश्रम और सेवाओंके स्थानमे यदि कोई कूरताका परिचय देता है तो इसका यह अर्थ नहीं है कि वह हमारे भाग्यका रचयिता है । क्योंकि:—

मेटेगे आज क्या वह, तकदीरके लिखेको ?

तहरीर यह किसीसे, ' कर्नल ' मिटी नहीं है ।

डेसम्बर सन् १९२३ ई० में एक दलाल जो कि कई वर्षसे संग्रहणी रोगसे पीड़ित था और हरिद्वारादि अनेक स्थानोपर चिकित्सा करा चुका था, बम्बईके स्थानपर हमारी चिकित्सामे आया । यों तो वह बहुत दिनसे हमारी चिकित्सा करना चाहता था, क्योंकि वह हमारे हाथसे अनेक रोगियोंको लाभ होते देख चुका था, किन्तु किसी कारण वश वह चिकित्सा करनेमे विलम्ब कर रहा था । परन्तु एक दिन उसको अतिसारका दौरा हो गया, और उस दिन प्राय तीस बार उसको जलके समान तरल विष्टा हुआ, उसका शरीर एकैक गिर गया, उसमें उठने और अधिक बोलनेकीर्भा शक्ति न रही । अतः उसने हमको टेलीफून किया और हमने उसको बुलाकर उसी दिन उसकी चिकित्सा करना आरम्भ कर दिया । फल यह हुआ कि उसके अतिसारकी पीडाको तक्षण लाभ पहुंचा, वह उसी दिनसे दो बार शौचको जाने लगा; तीन दिनके

उपरान्त उसमें चलने, फिरनेकी शक्ति आ गयी, एक सप्ताहमें वह एकही समय शौचको जाने लगा, किन्तु उस समयतक उसको विष्टेमें झाग और श्लेष्म आता था, दूसरे सप्ताहमें उसको विष्टेके साथ श्लेष्म और झाग जाना बन्द हो गये, उसमें यथेष्ट शक्ति आजानेसे वह भले प्रकार दलालीका कार्य करने लगा, और फिर उसे किसी प्रकार शारीरिक या मानसिक निर्वलताका ज्ञान न होता था । अतः अनेक घटनाओंमेंसे यहभी एक प्रत्यक्ष उदाहरण था कि केवल रसीले फलोंके आहारसे वह रोगी, जिसका शरीर प्रायः शिथिल हो गया था, रसों द्वारा शक्तियां प्राप्त करके एकही सप्ताहके उपरान्त दलाली सरीखा परिश्रमका काम करने योग्य हो गया । उन मूखोंके लिए, जो यह समझते हैं कि फलोंके आहार द्वारा मनुष्य बलहीन और दुर्बल हो जाता है और अन्न सेवन करनेके समान बल प्राप्त नहीं कर सकता, यह एक शिक्षाप्रद घटना है और यहो नहीं प्रत्युत हम ऐसी ज्वलन्त उपमाएँ दे सकते हैं । हम इस बातको बलपूर्वक कहते हैं कि रसीले, सुपाच्य, अनुत्तेजक और चैतन्य ( ताजे ) फलोंके सामने अन्नमें कभीभी वह शक्ति नहीं है । क्योंकि अन्न शुष्क और स्थूल होनेसे वह फलोंके सदृश रक्तकी उत्पत्ति नहीं कर सकता, प्रत्युत उससे रसोकी अपेक्षा विष्टेकीही अधिक उत्पत्ति होती है । इसके अतिरिक्त उसका पाचन करनेमें हमारी आवश्यकतासे अधिक शक्तियोंका व्यय होता है और उसके अनेक दोषोंसे हमारा शरीर विषयुक्त, रोगी एवं शिथिल हो जाता है । आजकल फलोंके सेवनसे प्रायः इसी लिए मनुष्य दुर्बल हो जाते हैं कि आर्थिक स्थितिकी निर्वलता अथवा अन्य किसी कारणवश फल यथेष्ट मात्रामे प्राप्त नहीं होते । हम इसका स्वयं अपने शरीरपर अनुभव कर चुके हैं । जब कभी हमने आर्थिक स्थिति अच्छी होनेसे स्वतन्त्रता पूर्वक रसीले और ऊर्ची जातिके सुपाच्य और अनुत्तेजक फलोंकी यथेष्ट मात्राका सेवन किया है तभी हम बहुत चैतन्य प्रतीत होने लगे हैं । इसके अतिरिक्त गोरिला ( Gorilla ) नामका वनजीव अर्थात् वन मनुष्य केवल फलोंपरही जीवन निर्वाह करता है, और उसमें इतनी शक्ति होती है कि वह कई मनुष्योंके प्राण लेनेमें एकही बहुत है । इस लिए यदि उस रोगीको फलों द्वारा एक सप्ताहके उपरान्त चलने, फिरनेकी शक्ति प्राप्त हो गयी तो कोई आश्चर्यकी बात नहीं । वह रोगी यदि निरन्तर फल सेवन किये चला जाता तो बम्बई सरीखे दूषित जल, वायुके नगरमें रहते हुएभी निस्सन्देह वह पहि-

लेकी अपेक्षा बहुत चैतन्य हो जाता । परन्तु जेन्वेरी सन् १९२४ ई० में हमारे आगरे चले जानेपर वह अपनी मूर्खता वश जिह्वाके चटोरपनपर अधिकार न कर सका, और उसने हमारी चिकित्सासे लाभ होते हुएभी उसका परित्याग कर दिया। उसने यह नहीं विचारा कि बड़े, बड़े चिकित्सको द्वारा चिकित्सा होनेपरभी उसको नित्य दो, ढाई वर्षसे कमसे कम दो बार शौच को जाना पड़ता था, और हमारी चिकित्सा द्वारा वह एक सप्ताहके उपरान्तही केवल एक बार शौचको जाने लगा था। जिह्वाके चटोरपनके अतिरिक्त हमारी चिकित्साके छोड़नेका कदाचित एक कारण यहभी था कि हमसे चिकित्सा करानेमें उसकी गाठसे कुछ व्यय नहीं हुआ था, और जो पदार्थ बिना परिश्रम या टकोंके योंही प्राप्त हो जाते हैं उनको बहुत कम मनुष्य उच्च दृष्टिसे देखते हैं। अतः हमारे अनुभवसे यही सिद्ध होता है कि समर्थ रोगि-योंसे बिना कुछ लिए उनकी चिकित्सा करना पुण्यके स्थानमें भारी पाप, और यशके स्थानमें अपयश लेना, प्रत्युत अपने चिकित्सा विज्ञानको कलङ्क लगाना है। इसी विचारसे उस रोगीकी ओरसे हमारा चित्त बहुतही खिन्न हो गया; परन्तु इसपरभी हमने उसकी दुःखी दशाको देखकर उसे फिर संमझाया। अतः वह पुनः जूलाई माससे हमारी चिकित्सामें आगया। किन्तु इस बीचमें डाक्टरोंने विषैले इन्जेक्-न्ससे उसके शरीरको पहिलेकी अपेक्षा अधिक दूषित कर दिया था, और वह पहिलेकी अपेक्षा अधिक दुर्बल हो गया था। उस समयभी हमने उसको पहिलेके समान ही प्रति दिन कमसे कम दो बार त्रस्रो द्वारा दो, दो घण्टे उदर और छातीपर ताप पहुंचानेकी सम्मति दी थी, और आहारमें यथा शक्ति आनार अन्यथा अन्य रसीले सुपाच्य और अनुत्तेजक फलोंको धीरे, धीरे चूसकर सेवन करनेकी आज्ञा दी थी। उसको हरिद्वारके एक वैद्यनेभी केवल फल सेवन कराये थे, और उनसे उसको बहुत कुछ लाभभी हुआ था। परन्तु उस समयभी उसको दिनमें दो बारही शौचको जाना पड़ता था, जिसका कारण उसकी औषधिया और स्थूल एवं उत्तेजक फलोका सेवन कराना हो सकता है। क्योंकि उसने केवल आम और खर्वूजोपर उस रोगीको रक्खा था; और यह दोनोंही फल बहुत उत्तेजक और दूषित हैं। इसीसे आमकी चपकी तीक्ष्णता और खर्वूजेकी गन्धकी उत्तेजना हमारे शरीरपर अपकार किये बिना नहीं रह सकती, और यही कारण है कि यह उत्तेजक एवं तीक्ष्ण फल अनार आदिके समान गुणकारी नहीं हो सकते। हां, इतना अवश्य है कि-

अन्नकी अपेक्षा वह अनेक दोष रहित और जीवन मय होनेसे बहुत लाभप्रद और चैतन्यता एवं जीवन शक्ति प्रदान करनेवाले हैं। इसीसे अन्य चिकित्सकोंकी अपेक्षा जो उसको अन्नादिका आहार देते रहे ये हरिद्वारवाले वैद्यकी चिकित्सासे बहुत लाभ हुआ था। परन्तु वह अपनी जिह्वाके चटोरपनसे यथेष्ट समयतक पथ्यसे न रहकर अन्न सेवन करने लगा था, जिससे फिर उसके रोगमें वृद्धि हो गयी थी। अतः हमको विश्वास नहीं कि वह पथ्यसे रहकर हमारी चिकित्साको पूर्ण रूपेण निभाकर कर सकेगा। किन्तु यदि वह अन्ततक हमारी सम्मतिका पालन करके नियम पूर्वक पथ्यसे रह कर चिकित्सा कर सका तो हम बल पूर्वक कहते हैं कि उसको, जैसा कि अन्य चिकित्सामें होता है, कभी अतिसारका दौरा नहीं हो सकता। क्योंकि आज पर्यन्त हमारे चिकित्सा कालमें किसी रोगीको अतिसारका दौरा नहीं हुआ है।

### यकृत रोग Liver diseases.

हमारे शरीरमें यकृतका अन्य अवयवोंसे इतना घनिष्ठ सम्बन्ध है कि किसी अवयवमें भी विकार होनेसे यकृत रोग हो जाते हैं, और यकृत रोगोंके कारण अन्य अवयव दूषित होकर अपने, अपने अनेक रोगोंके हेतु होते हैं। प्रायः किसी कारण वश यकृत द्वारा रसोंके सञ्चारकी गतिमें अन्तर आने, पित्तके रुक जाने, रक्तके एकत्रित होने, उसमें फोड़ा या केन्सर (Cancer) हो जाने, चर्बीले पदार्थोंके भरजाने, और अजीर्ण या अतिसार आदिके होनेपरही यकृत रोग होते हैं। इसके अतिरिक्त मैलेरिया आदि ज्वरोसे पीडित होने और अनेक विषों या गरिष्ठ अथवा रेचक पदार्थोंके सेवन करनेसे भी प्रायः शरीरमें यकृत रोगोंकी नींव पड़ जाती है। पाण्डू (Jaundice), जलोदर (Dropsy), पित्त सम्बन्धी रोग, बहु-मूत्र (Diabetes), कोष्ठ-बद्ध (Constipation), अर्श (Piles), भगन्दर (Fistula) आदि रोगोंका भी बहुत करके यकृतसेही सम्बन्ध है। अतः यकृत सम्बन्धी समस्त रोगोंकी चिकित्सामें बहुतही सावधानी और धैर्यकी आवश्यकता है। क्योंकि थोड़े दिनतक यकृत रोगोंकी चिकित्सा करके छोड़ देनेपर वह फिर ऐसी तीव्र गतिसे होते हैं कि शरीरका अन्तही करके छोड़ते हैं।

यकृत रोगोंमें पित्तके दोषसे प्रायः नेत्र पीले रङ्गके प्रतीत होने लगते हैं, शरीरकी त्वचा-का वर्णभी कुछ पीत हो जाता है, जिह्वापर श्वेत वर्णकी तह दीखती है, दाहिने कन्धमें बहुधा पीड़ाका ज्ञान हुआ करता है, क्षुधाका ज्ञान कम हो जाता है, प्रायः पित्तकी वमन हुआ

करती है, कोष्ठ-बद्ध रहता है, या थोड़ा, थोड़ा करके दिनमें कई बार विष्टेका त्यागन होता है, रक्त सञ्चारमें बाधा होनेसे जलोदरके लक्षण प्रगट होते हैं, अधिक दाह या फोड़ा अथवा केन्सर होनेसे यकृतमें बहुत पीड़ा होती है, यकृतके कुछ परिवर्तनो वश बहु-मूत्र या बहु-श्वेदका कारण होता है, बहुधा शरीर गिरा हुआ और शिथिल प्रतीत होता है, जल या भोजन सेवन करके चलने या दौड़नेसे प्रायः यकृतमें पीड़ा हुआ करती है, और यकृतके रोगीको बहुधा निरन्तर शिर पीड़ा दुःख दिया करती है, इत्यादि, इत्यादि ।

यकृत रोगकी चिकित्सा यही है कि छाती और उदरपर रोगके रोगीकी अवस्थानुसार टब अथवा वस्त्रों द्वारा ताप पहुंचाया जाय और यदि अधिक समयतक ताप न हो सके, और चिकित्सक आवश्यक समझे तो उदर अथवा धड़ बन्धनोंका प्रयोग किया जाय । यकृत सम्बन्धी कोईभी रोग सुगमतासे दूर नहीं होते हैं । इस लिए उनकी चिकित्सामें कभी, कभी एक वर्षतक लग जाता है । परन्तु रोगकी तीव्र दशामें कुछ मास या सप्ताहतक चिकित्सा करनेसे लाभ हो जाता है । हमारी सम्मतिमें यकृतके प्रत्येक रोगमें कमसे कम नित्य दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचानेकी आवश्यकता है । किन्तु कुछ रोग ऐसेभी हैं कि उनकी चिकित्साके निमित्त कई दिन या कई सप्ताहतक निरन्तर चौबीसों घण्टे ताप पहुंचानेकी आवश्यकता है ।

यकृतके रोगीका आहार बहुतही सूक्ष्म होना चाहिये, और सूक्ष्म आहारमें हमें सबसे प्रिय बेदाना या मस्कृती अनारही प्रतीत होता है । क्योंकि उसके सेवनसे दाहमें, जो रोगोंका मूल कारण है, वृद्धि नहीं होती और उसके रसों द्वारा हमारे शरीरका पोषण अन्य पदार्थोंकी अपेक्षा अधिक और अल्प कालमें होता है । इसके अतिरिक्त वह शुद्ध रक्तकी उत्पत्ति करता है । इसीसे हम बार, बार प्रत्येक रोगमें अनारके आहारकीही सम्मति देते हैं । परन्तु रोगकी दशा भयङ्कर न हो तो चिकित्सक उचित समझनेपर अन्य रसीले, सुपाच्य और अनुत्तेजक फलोका सेवन करा सकता है । किन्तु फिरभी हमारा यही कथन है कि अनारके समान अन्य फल लाभ नहीं पहुंचा सकते । अतः जो पूर्णतः आर शीघ्र आरोग्य होना चाहता है उसे चाहिये कि वह न्यूनाति न्यून कुछ मास पर्यन्त वेदाने या मस्कृती अनारपर निर्वाह करे, तद् उपरान्त संगतरा, मीठा, माल्टा, मोसम्बी, अनार कन्धारी, अंगूर, गन्ना, शहतूत, लोकाट, काशमीरी नाशपत्ती, लखनवी खर्बूजा, अनन्नास, लीची, बलायती आदि, और

उच्च जातिके सेवका आहार करे । यदि दारिद्र्यता वश अनार, अगूर या अन्य उच्च जातिके फल पर्याप्त न हो तो विवश हो हमको ऐसी दशामे गन्ने या घिया, तोरी टिन्डे, टोमेटो आदि शाकोंकी सम्मति देनी पड़ती है ।

यकृत रोगसे हमारा उस समयसे सम्बन्ध है जब कि हमारी आयु प्रायः आठ वर्षकी थी । उस समय हम अपने पिताके साथ कलकत्ते गये हुए थे, और एस० ए० बी० बख्शी एण्ड को० के यहां ठहरे हुए थे । अनायास एक दिन हम म्यूज़ियम देखकर आये और उसी रात्रिको हमें ज्वर हो गया । अतः अगले दिन प्रातः कालको हमारे पिताने हमें एक वृद्ध दिल्लीके यूनानी हकीमको दिखाया । उसने देखतेही यकृत वृद्धि ( Enlargement of liver ) निदान किया । यह तो हमको ध्यान नहीं कि उसने हमको कोई औषधि दी अथवा नहीं, परन्तु यह भले प्रकार स्मरण है कि उसने हमको भाडमे भुने हुए चावलके पर्मल ( लाई ) सेवन करनेकी सम्मति दी थी; और हमने बहुतही सन्तोषके साथ दो मासतक केवल पर्मलोका सेवन किया था । क्योंकि भोजनके विषयमे हम मागना या किसी प्रकारकी अड अथवा रुदन करनाही न जानते थे । इस लिए हम अपने घरभरमें सबसे अधिक पथ्यसे रहनेवाले थे । परन्तु यदि हमको उस समय उस आहारके दोषोंका ज्ञान होता तो हम इतने सीधे होते हुएभी कभी उसका सेवन न करते । प्रत्युत उस हकीमसे उसकी सूखताको स्वीकार करवाकर छोड़ते । उसकी यह बड़ी भारी भूल थी कि उसने प्रथम तो हमको अन्न सरीखे गरिष्ठ पदार्थ सेवन करनेकी सम्मति दी, द्वितीय उसने यह नहीं विचारा कि रससे शून्य चावलके पर्मलोंसे शरीरका क्या पोषण होगा ? इसमे कोई सन्देह नहीं कि उसने पर्मलोंको हलका आहार समझकरही हमको सेवन करनेकी सम्मति दी थी । परन्तु उसने यह जाननेके लिए कभी अपने मस्तिष्कपर बल नहीं दिया कि जिस पदार्थके रस अग्नि द्वारा जल गये हो वह कैसे सुपाच्य, हल्का और रक्तकी उत्पत्ति करनेवाला हो सकता है ?

दो मासके उपरान्त हमारे पिता आरा, डुमराव, मिर्जापुर, काशी, और मुरादाबाद होते हुए हमारी चिकित्सार्थ इस लिए हमको अमरोहे ले गये कि उनको वहाके यूनानी हकीमोपर बहुत विश्वास था । अतः वहां एक यवन यूनानी हकीम, जो कि हमारे पिताके बड़े स्नेही थे, की चिकित्सा आरम्भ हुई । उनकी कटु और घृणित औषधियांभी हम लाभकी आशासे योंही सेवन कर जाते

थे, और प्रायः एक मास पर्यन्त पूर्ण पथ्यसे उनकी चिकित्साका पालन किया गया । उन्होंने विना घृतके केवल गैहूँकी रोटी और मूँग या अरहरकी दाल सेवन करनेकी सम्मति दी थी । किन्तु दूध, फल, और शाकादिके सेवनकी आज्ञाही नहीं दी थी । हम नहीं कह सकते कि उनकी बुद्धिको क्या होगया था, जो उन्होंने अमृत समान फलोंके सेवन करनेकीभी आज्ञा नहीं दी थी । कदाचित् इसीसे उनकी चिकित्सा द्वारा कोई लाभ नहीं हुआ । इसके उपरान्त वहाँके एक सब एसिस्टेन्ट सर्जन, जो कि हमारे पिताके परम मित्र थे, की चिकित्साका प्रारम्भ हुआ । उन्होंने इतनी कृपा की कि भसीडों ( कमलकी जड़ ) और आलूका केवल रस मात्र और कुछ दूध सेवन करनेकी आज्ञा देदी । किन्तु उन्होंनेभी किसी हरे शाक अथवा फल सेवन करनेकी अनुमति नहीं दी, और दूधभी हम इस लिए पान न करसके कि हमारे पिताकी आज्ञा न थी । औषधियोंमें हमारे अनुमानसे वह डाक्टर महाशय हमको गन्धकका अमलादि सेवन करनेको देते थे । हमने उनकी सम्मतिके अनुसार प्रायः डेढ़ वर्षतक चिकित्सा की, जिससे यद्यपि हमारे रोगमें इतनी न्यूनता अवश्य हो गयी थी कि हमको यदा, कदा जो ज्वर आजाता था उसका आना बन्द हो गया था, किन्तु जल या भोजन सेवन करके चलने या दौड़नेसे हमारे यकृत और शीहामें कई वर्षतक पीडा हुआ करती थी । इसके अतिरिक्त इतने दिनतक फलोंके न मिलनेसे हमारे शरीरमें अनक दूषित विष उत्पन्न हो गये थे । अतः हमने यकृतमें पीडा होते हुएभी अपने पितासे इस लिए उसका कथन नहीं किया कि किसी प्रकार चिकित्सा बन्द होनेपर हम फलोंका सेवन कर सकें । चिकित्साके बन्द होनेपर धीरे, धीरे हमको फल सेवनार्थ प्राप्त होने लगे । अतएव जब जितनी मात्रामें फल प्राप्त होते थे उसीके अनुसार शरीरमें शक्ति आती हुई प्रतीत होती थी । इसके अतिरिक्त शाकोंके सेवनकोभी हम इतने तरस गये थे कि यदि एक भाग अन्न लेते थे तो तीन भाग शाक खाजाते थे, जिससे वास्तवमें हमको बहुत लाभ पहुँचा, प्रत्युत किसी, किसी जातिके रसीले शाकों और फलोके सेवन करनेसे तो अद्भुत चमत्कार दीख पड़ा, और यकृत एवं शीहा पीडाओंकी उस समय हमने यही चिकित्सा की थी कि हम प्रातः और सायंक समय एक, एक घण्टे शीहा और यकृतको बलपूर्वक दोनो हाथोंसे रगडा करते थे, जिससे कभी, कभी छालेभी उठ आते थे । अतः केवल उसी घर्षणके तापकी चिकित्सा द्वाराही उक्त दोनो पीडाओंको लाभ

पहुँचा, और उस समय हमको यह ज्ञान हुआ कि पीडित स्थानपर हाथ पहुँचानेकी प्रकृति इसीसे आज्ञा देती है कि हाथसे घर्षण करके अथवा दबाकर हम उस पीड़ाका अन्त करदे या उसे आगे बढ़नेसे रोकें रहें। किन्तु ज्योंही हमको हाथसे घर्षण करनेपर 'प्राकृतिक चिकित्सा' का ज्ञान हुआ त्योंही एक ओरसे हमारा औषधियोंसे विश्वास उठ गया, परन्तु फिरभी हम इस खोजमें लगे हुए थे कि वास्तवमें औषधियोंमें त्रुटि है या उनके प्रयोग करने वालोंकी भूल है। अतः हमारा यकृत रोग ग्रस्त होना एक प्रकार बहुतही अच्छा था। क्योंकि वास्तवमें प्रकृतिके गूढ़ रहस्योंकी कुञ्जी उस समय हमारे यकृत रोगसे पीडित होनेपरही हाथ लगी थी।

यदि हमको स्वतन्त्रता पूर्वक अपने अनुभव और विचार प्रगट करनेका अवसर वाल्यकालसेही दिया जाता तो कदाचित् हम अपनी अल्पायुके समयही 'प्राकृतिक चिकित्सा' का आविष्कार करनेमें समर्थ होते। परन्तु वहाँ तो हमारी इच्छाके प्रतिकूल हमको घोट, घोटकर रक्खा जाता था, हमसे विचित्र रूपसे पथ्य कराया जाता था। क्योंकि हमारे पिता चिकित्सा शास्त्रके पूर्वज विद्वानोंकी सम्मतिमें इतने अन्ध विश्वासी थे कि जिस दिन हम तर्बूज खा लेते थे उस दिन सायंकालतक हमको भोजन करनेकी आज्ञा न होती थी, और चावल तो समस्त दिनही नहीं ले सकते थे। इसपरभी हम 'प्राकृतिक चिकित्सा' की खोजमें लगेही रहते थे। इस विषयका यहाँ कोई विशेष सम्बन्ध नहीं है। इस लिए सम्भव हुआ तो अन्यत्र अपनी गाथाका कथन करेंगे।

यकृत रोगका एक रोगी सन् १९१५ ई० में हमारी चिकित्सामें आया था। वह प्रायः तीस वर्षकी अवस्थाका था, उसके नेत्र कुछ, कुछ हरियाली लिये हुए पीले रङ्गके थे, उसका शरीर पीला और श्वेत हो रहा था, उसकी त्वचा कुम्हलायी हुई अचैतन्य प्रतीत होती थी और उसमें झुर्रियाँ पड़ी हुई थीं, उसकी छाती बैठी हुई और उदर उभरा हुआ प्रतीत होता था, यकृतपर हाथ रखनेसे वह पथ्यरके समान दीखता था, कुछही दूर चलने या दबानेसे यकृतमें पीड़ा होने लगती थी, उसको शयन करनेमेंभी यकृतके आकारमें वृद्धि होनेसे कष्ट होता था, उसको कभी, कभी भोजनके उपरान्त श्वास लेनेमेंभी अडचन प्रतीत होती थी, उसको प्रायः कोष्ठवृद्ध और अजीर्ण रहा करता था, और किसी, किसी दिन अजीर्णके होनेपर जबतक उसको भले प्रकार विश्रान्त नहीं हो जाता था तबतक उसके दाहिनी ओरके



कन्धे और कभी, कभी भुजामे पीड़ा हुआ करती थी, उसे शिर पीड़ाभी प्रायः निरन्तरही घेरे रहती थी, और जहाँपर वह बैठ जाता था उसके पैरोंके नीचेकी भूमि श्वेदसे भर जाती थी । इसके अतिरिक्त उसको क्षुधाका ज्ञान बहुतही कम होता था और उस समय उसका आमाशय चावल या दूध आदिकाभी पाचन करनेको असमर्थ था । अपरञ्च वह धनके अभावसे अपनी चिकित्सा सम्बन्धी सामग्री और नित्यका आहार प्राप्त करनेकोभी समर्थ नहीं था । अतः हम उसकी इस दशाको देख कर बहुतही दुःखी थे । परन्तु क्या किया जाय, धनका कार्य धनसेही चल सकता है । अतएव इसी चिन्तामें उसे तीन मास व्यतीत हो गये, किन्तु एक दिन अनायास एक जाट जिर्मादर अपने पुत्रकी चिकित्सार्थ हमको अपने ग्राममें ले गया और प्रायः एक सप्ताहमें उसका पुत्र जो कि निमोनियासे पीड़ित था आरोग्य हो गया । अतः हम वहासे चल दिये किन्तु हमने उसकी ईश्वरकी हरी, भरी कृपि देखी थी, इसलिए हमने उस यकृतके रोगीके आहारके प्रबन्ध करनेके लिए उस जाटसे कहा । उसने बड़ी उदारता पूर्वक हमारे प्रस्तावको स्वीकार कर लिया, प्रत्युत उसकी समस्त सेवाओका भार अपने ऊपर ले लिया । अतएव हमने उस रोगीको उस जाटके निकट उस ग्राममे भेज दिया । वहा केवल ईश्वर और गौकका धारोष्ण दूध उसका आहार था, और दोनों समय दो, दो घण्टे एक वृद्धा उसको ताप पहुँचाती थी । वह वृद्धा उस जाटकी माता थी । किन्तु वह उस रोगीकी परिचर्या अपनेही पुत्रके समान करती थी, जिससे पहिले सप्ताहमेही उसके नेत्रोंका रङ्ग हलका होने लगा, उसकी पीड़ामें कुछ, न्यूनता हुई, कोष्ठ-वद्धमेंभी कमी प्रतीत होने लगी, शरीरमें कुछ, कुछ चैतन्यताका ज्ञान होने लगा, अजीर्णमें बहुत बड़ी कमी प्रतीत हुई; दूसरे सप्ताहके अन्तमे उसके नयन निर्मल श्वेत रङ्गके होगये, कोष्ठ-वद्ध सदाको विदा हो गया, जिह्वापर लाली आगयी, यकृतमें बहुतही कम पीड़ा होती थी, शरीरकी त्वचाके रङ्गके पीलेपनमे बहुत कमी हो गयी थी; तीसरे सप्ताहके उपरान्त उसे कई घण्टेतरु सुखपूर्वक निद्रा आने लगी, उसकी शिर पीड़ामेनी बहुत न्यूनता हो गयी, उसको क्षुधाका ज्ञानभी भले प्रकार होने लगा, उसको अजीर्ण या अपरेका कोई कष्ट न रहा; चौथे सप्ताहमें एकैक उसके रोगमें कमी होना आरम्भ हुई, जिससे उसको जो आस लेनेमें अञ्चन होती थी वह जाती रही, यकृतकी पीड़ामेंभी इतनी कमी हो गयी कि

उसका बहुतही कम ज्ञान होता था, शिर पीड़ा सदाको लुप्त हो गयी; पांचवे सप्ताहके उपरान्त उसके शरीरकी त्वचाके, रङ्गमे बहुत अन्तर हो गया, वह श्वेत या पीत वर्णके स्थानमें गुलाबी प्रतीत होने लगी, उसके शरीरमें मील, दो मील प्रातःकी शीतल समीरमें चलनेकी सामर्थ्य हो गयी, छठे सप्ताहके उपरान्त उसका शरीर देखनेसे उसको कोई रोगी नहीं कह सकता था, किन्तु वास्तवमें उस समय उसके शरीरमें रोग उपस्थित था । केवल वह इतना निबल पड़ गया था कि साधारण दृष्टिसे उसका ज्ञान नहीं होता था, और ऐसी दशामे प्रायः मूर्ख यह समझ कर कि रोग चला गया, कुपथ्य कर बैठते हैं, जिससे बहुधा उनके प्राणोपरही बनती है । वास्तवमें उस रोगीको पूर्ण लाभ अठारह सप्ताहमें हुआ था, क्योंकि उसके यत्कृतकी कठोरता और उसकी पीड़ा यद्यपि बहुतही सूक्ष्म रह गयी थी, परन्तु छ. माससे पूर्व उसका वीर्य नाश नहीं हुआ था । इस लिए यदि उसको उस समय चिकित्सा बन्द करके अथवा कुपथ्य द्वारा स्वतन्त्र कर दिया जाता तो सम्भव था, फिर रोगकी दशा ज्योकी त्यों हो जाती । यद्यपि हमने उस रोगीको केवल गन्ने या धारोष्ण दूधके आहारकी आज्ञा दी थी तथापि वह कुछ दिन उपरान्त, जब कि उसकी पाचन शक्ति अच्छी हो गयी थी, शल्जम, गाजर, घिया और तोरीके क्षेत्रोंमे घुसकर उन्हें कच्चाही धीरे, धीरे भले प्रकार चाब, चाबके सेवन किया करता था, जिससे कुछही दिनमें उसके शरीरके बोझमें प्राय बीस पाँडकी वृद्धि हो गयी थी । पांचवे मासमे उसकी समस्त अस्थिया माससे छिप गयी थीं, कपोल भर गये थे, छाती उभर गयी थी और उदर नीचेको चला गया था । परन्तु छठे मासमे वह इस लिए कुछ दुर्बल हो गया था कि उस समय उसे रक्षाले आहारके प्राप्त करनेमें कुछ कमी हो गयी थी, क्योंकि प्राय सब पदार्थोंकी ऋतु जाती रही थी । किन्तु दूधका सहारा उसके लिए अच्छा था । छठे मासके उपरान्त उसने हमारी विना आज्ञाकेही कुछ, कुछ छाछ और अन्नादि सेवन करना आरम्भ कर दिया था । परन्तु फिर उसके शरीरमें पहिले जैसी चैतन्यता एवं सुन्दरता न रही । अतः कुछ दिन अन्न सेवन करनेके उपरान्त उसको फलोके लाभ और उनका मूल्य जान पड़ा ।

सन् १९१६ ई० में एक वैद्य जज महाशयके भाईकी स्त्री विजनौरके स्थानपर हमारी चिकित्सामे आयी । वह प्राय पैंतालीस वर्षकी थी, उसको बहुत समयसे प्रदरका रोग था, उसके शरीरमें इतनी दाढ़ थी कि वह उसके कारण

विकल रहा कर ती थी और इसीसे मासिक धर्मके समयपर उसको इतना रक्त और तरल पदार्थ जाया करते थे कि कई, कई फीट भूमि तर हो जाती थी, उसको प्राय वमन होनेका तांता बन्ध जाता था, उसका शरीर इतना फूला हुआ था कि उसको कुछ दूर चलनेमेभी कठिनाई होती थी, उसको अजीर्ण या कोष्ठ-वद्ध प्राय घेरे रहता था, शिर पीडाभी उसको बहुधा दुःख दिया करती थी । अनेक चिकित्सक उसकी चिकित्सा कर चुके थे, किन्तु उसे कोई लाभ न पहुंचा सका था । डाक्टर कोहनीकी चिकित्साका अनुभवभी उसके ऊपर कई मासतक हुआ था, जिससे उसे बहुत कुछ शान्ति पहुंची थी, और पीडाओमेभी सूक्ष्म आहारके कारण बहुत न्यूनता हो गयी थी । परन्तु हमारी दृष्टिमें उसका दशांश रोगभी नहीं गया था, केवल सूक्ष्म और अनुत्तेजक आहारके कारण उसकी पीडाओमें कमी प्रतीत होती थी । डाक्टर कोहनीकी चिकित्सा प्रणालीके विषयमे उसको सम्मति देनेवाले एक सीखतड़ लंगड़े डाक्टर थे । वह वास्तवमें पैरसेही नहीं प्रत्युत अपनी विद्यामेंभी उस समयतक लंगड़ेही थे । किन्तु वह ढोग रचना भले प्रकार जानते थे । इसके अतिरिक्त उनकी जिह्वाभी इतनी चलती थी कि कोई सज्जन तो उनसे तर्क करही नहीं सकता था । क्योंकि वह किसी उचित युक्तिकोभी स्वीकार करना न सीखे थे । वह प्राय प्रकृतिके विपरीत अनेक रोगियोंको कच्चे उर्द, गैहू, मूग आदि धान्योंका सेवन करानेमेही अपना महत्त्व समझते थे । वह स्वयंभी कच्चा आटा जलमे धोलकर इसी लिए सेवन कर जाते थे कि देखनेवाले उन्हें उच्च दृष्टिसे देखे । किन्तु यह सब कुछ होते हुएभी वह उस स्त्रीको अपनी चिकित्सासे सन्तुष्ट न कर सके, इस लिए हमको बुलाया गया । उस समय उस स्त्रीके दाहिनी ओरकी भुजा और कन्धेमें विकल कर देनेवाली पीडा हो रही थी, और लंगड़े डाक्टरकी सम्मतिके अनुसार पीडित स्थानपर शीतल मृत्तिका बन्धन प्रयोग करनेसे उसकी पीडामे औरभी वृद्धि होगयी थी । किन्तु ज्योंही हमने यकृत और आमाश्यादि एवं पिडित स्थानपर ताप पहुंचवाया कि उसको पीडामें न्यूनता होने लगी, और थोड़ेही कालमें एक बार शौच जानेपर उसकी समस्त पीडा एक ओरसे लुप्त होगयी, और नियम पूर्वक हमारी चिकित्सा आरम्भ हो जानेसे चिकित्सालालके बीचमें अर्थात् एक सप्ताहके भीतर हमको बुलाकर तीन बार रोगीको दिखाया जा चुका था, किन्तु हमको एक दिनभी फीस नहीं दी गयी थी । इस लिए चौथी बार जब उनका नौकर

हमको बुलाने आया हमने स्पष्ट शब्दोंमें कह दिया कि पहिले हमारी तीन वारकी फीस आजावेगी तब हम जावेंगे । अब क्या या अब तो सेठजीको काला सूघ गया । क्योंकि लगड़े डाक्टरने बिना फीसके चिकित्सा कर, करके सेठजीका स्वभाव बिगाड़ दिया था । इसीसे उनको गाठसे पैसा निकालते हुए मृत्यु आती थी । अतः वह मौन होकर घर बैठ रहे । इस लिए हमकोभी उस दिनसे उनकी छींके कोई समाचार नहीं मिले ।

सन् १९१७ ई० में एक यवन विधवा स्त्री हमको मेरठ छावनीमें एक चौरा-हेपर बैठी हुई दृष्टिगोचर हुई । वह क्षुधासे पीडित होनेसे वहा बैठी हुई पैसे माग रही थी । हमभी उसकी इस क्लेशित दशाको देखकर एक आना देकर आगे चलते हुए । किन्तु हमने केवल उसकी क्षुधा पीडापरही ध्यान नहीं दिया था, वरन् उसकी शारीरिक पीडापरभी दृष्टिपात की थी, और यह जानकर, कि वह यकृत रोगसे पीडित है, उसके हाथ-पैरोंपर मांसके स्थानमें केवल अस्थियाही हैं, उदर फूला हुआ है, रात्रिको अफरा होआता है, और भोजन पाचनमें नहीं आता है, हमने उससे कहा—“ हम तीन दिन पश्चात् मुजफ्फरनगरसे लौटकर विजनौर जावेंगे, और उसी समय तुमको तुम्हारी चिकित्सा करनेके लिए ले चलेगे । अतः उस दिन तुम हमको यहीं मिलना । ” हम उससे ऐसा कहकर चल तो दियेही थे, और प्रायः रेलवे स्टेशनके निकट पहुंच गये थे । परन्तु हमारे मस्तिष्कमें उसकी ओरसे अनेक विचार उत्पन्न हो रहे थे । उस समय उस दुखियाके दुःखोंसे विकल होकर हमारी दशा ठीक वही थी जो एक विक्षिप्तकी होती है । किन्तु अन्तमें हमने यहीं निश्चय किया कि उसको इसी समय अपने साथ ले चले । क्योंकि लौटते समय हमारा मेरठ उतरना हो या न हो, और यदि उतरनाभी हो तो सम्भव है, हमारे यह विचार रहें या न रहें । अतः हम उसको अपने साथ लेनेके लिए रेलवे स्टेशनके निकट पहुंचनेपरभी उसकी ओरको लौटे । परन्तु उसके समीप पहुंचनेपर वर्षा आगयी । इस लिए हमको बारह आनेमें छावनीसे रेलवे स्टेशनतक टांगा करना पडा । अतः हम और वह टागोमें बैठकर रेलवे स्टेशनपर पहुंच गये । उसने टागोसे उतरतेही, जो भुने हुए चने उसकी गांठमें बंध थे किसीको दे देनेके स्थानमें सड़क-पर फेंक दिये । इसके अतिरिक्त हमने देखा कि मेरठ रेलवे स्टेशनपरही उसने रेलके वीमेन कम्पार्टमेन्टमें बैठे हुए एक मिठाई वालेसे हमारे दिये हुए उसी एक

आनेकी जलेबियां लीं । अतः हमको यह बहुतही बुरा प्रतीत हुआ । क्योंकि प्रथम तो उसने उसी अन्न (चनों) को अभिमान पूर्वक फेंक दिया, जिसका एक, एक दाना वह मांग रही थी, द्वितीय हमारे कहनेपरभी उसने कुपथ्य किया । अतएव हमारा चित्त उसकी ओरसे खिन्न हो गया; और हम बड़े अस्मज्जसमें पड़ गये । हम इसी विचारमें लिप्त थे, और हमको यहभी ज्ञान नहीं था कि हम कितने स्टेशन पहुंच गये । इतनेहीमें हमारे निकट बैठे हुए एक पानीपत जिलेके जाट महाशयने हमसे प्रश्न किया—“ आप इतने चिन्तित क्यों प्रतीत होते हैं ? हमने उनके प्रश्नके उत्तरमें समस्त गाथाका कथन कर दिया । अतः उन्होंने कहा—“ आप घबरायिये नहीं ! मैं उसे पूर्ण पथ्यसे रक्खकर अपने व्ययसे आपकी आज्ञानुसार उसकी चिकित्सा करनेको प्रस्तुत हूं, परन्तु उसको मेरी स्त्री होकर रहना होगा । ” हमको उन जाट महाशयकी इस बातसे औरभी चिन्ता बढ़ गयी, और हम एकैक मौन हो गये । इसपर उन्होंने कहा—“ आप चुप क्यों हो गये ? ” हमने उत्तर दिया कि प्रथम तो हमको उसका कोई अधिकार नहीं है, द्वितीय हमारा यह कामभी नहीं है कि हम स्त्री, पुरुषोंके जोड़े मिलाते फिरें, तृतीय वह जातिसे यवन है और आप आर्य हैं, चतुर्थ हमारी सम्मतिमें उस समयतक उसको किसीकी स्त्री बनकर रहना-भी उचित नहीं जबतक कि वह इस दारुण रोगसे पीड़ित है, पञ्चम सम्भव है उसे विधवा होनेके कारण अन्य पुरुषसे सम्बन्ध रक्खना स्वीकार न हो । इसपर उन्होंने कहा—“ आप कृपाकर मुझे उसे बता दीजिये । मैं उससे स्वयं निश्चय कर लूंगा; और यवन जातिके लिए यह है कि वह शुद्धकी जा सकती है । ” अतः हमने उनके इस आग्रहपर केवल इस इच्छासे कि एक असहायाकी चिकित्सा होकर उसके किसी प्रकार प्राणोंकी रक्षा हो जाय मुजफ्फरनगर रेलवे स्टेशनपर उन जाट महाशयको उसे दिखा दिया; और उन्होने कुछही मिनिट्समें उससे सब निश्चय कर लिया । अतएव हम तो स्टेशनसे उतरकर अपनी सुसराल चले गये, और वह दोनों किसी अन्य स्थानपर ठहर गये । प्रातः कालको वह हमको उस स्त्रीका ध्यान पूर्वक निरीक्षण करने और चिकित्सा सम्बन्धी सम्मति देनेके लिए अपने ठहरनेके स्थानपर ले गये । हमको उस समय देखनेसे ज्ञात हुआ कि वह प्राय बीस वर्षीय युवती थी, उसको आरम्भ कालमें शीतज्वर ( Malaria ) और अतिसार ( Dysentery ) हुआ था, और कई मास पर्यन्त वह उक्त ज्वरादिसे पीड़ित रही; और उसीके

कारण उसको यकृत और श्लेष्मा रोग हुए थे, उसके नेत्र हल्दीके समान पीत वर्ण थे । वह शरीरसे बहुतही दुर्बल थी, जिससे समस्त गात्रकी अस्थिया दीखती थीं । उसके ओष्ठोका वर्ण रक्तकी न्यूनतासे प्रायः श्वेत प्रतीत होता था, और नीचेके ओष्ठपर फटी, फटी त्वचाकी पपडिया जम रही थीं । उसके मुखसे बुरी दुर्गन्ध आती थी । उसकी जिह्वापर श्वेत मल जमा हुआ था । उसकी त्वचा उस समय ज्वरके हेतु कुछ श्याम वर्ण होगयी थी, परन्तु उससे पहिले पीले रङ्गकी प्रतीत होती थी । उसको वास्तविक क्षुधाका लेशभी न था, परन्तु अजीर्णवश उसके मुखका स्वाद ठीक न होनेसे उसे प्रत्येक समय उत्तेजक पदार्थोंके सेवन करनेकी लपस्या बनीही रहती थी । इसीसे वह दिनभर यदि कुछ मिलता रहता तो खाती रहती थी । परन्तु वह किसी पदार्थकाभी पाचन नहीं कर सकती थी । वस्तुतः वह कुछ पग चलनेकोभी समर्थ न थी, चलनेमें उसकी वाम और दाहिनी ओर पस्लियोंके नीचे पीडा हुआ करती थी । उसकी अन्त्र कभी नियमित रीतिसे मलका त्यागन नहीं करती थी, प्रत्युत प्रायः रात्रिको गुदा द्वारा वायुके प्रवाहमेंभी बाधा उपस्थित होनेसे उसे अफरा हो जाता था, उसे बहुधा खट्टी डकारें आया करती थीं । उसको कई मासतक मासिक धर्म नहीं हुआ था और उसको प्रदर रोगभी बहुत दुःख देता था । वह कोईभी कडा कार्य करनेसे बहुतही शीघ्र थक जाती थी । इसीसे उसके कुटुम्बियोंने उसकी चिकित्सा करानेके स्थानमें उस असहायको घरसे निकाल दिया था । किन्तु समस्त बातोंके होते हुए इतना अच्छा था कि उसकी चिकित्साका भार एक सम्पन्न ज़िमीदारने अपने ऊपर लेलिया था, और उसकी अल्पावस्थाके कारण उसके उन्नति प्राप्त करनेकी शीघ्र आशा थी । इसीसे हमने उसके लिए उस समय केवल अनार, अगूर, संगतरा या गन्नेकी आज्ञा दी थी, और यदि कुछभी प्राप्त न हो तो गौऊका धारोष्ण दूध देनेकी सम्मति दी थी, और प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे छाती और उदरपर ताप पहुंचाने और यदि हो सके तो कमसे कम रात्रिका उदर बन्धन प्रयोग करनेकी अनुमति दी थी । इसके अतिरिक्त न्यूनाति न्यून उस समय तक जबतक कि उसको अफरा और अजीर्ण कष्ट दे सख ऊष्ण ( गुनगुना ) तापका जल पान करनेके लिए कहा था । इस प्रकार हम समस्त रूपेण उसकी चिकित्सा सम्बन्धी सम्मति देकर विदा हुए, और वह स्त्री उन जाट महाशयके साथ उनके

ग्रामको चली गयी । वहां पहुंचनेपर उन दोनोंका वैदिक धर्मानुसार परस्पर विवाह हो गया, और उसकी वास्तवमें ठीक उसी रीत्यानुसार चिकित्सा आरम्भ हो गयी जैसी हमने आज्ञा दी थी । अतः पहिले सप्ताहमेंही उसको अफरा होना बन्द हो गया; दूसरे सप्ताहमें उसके पाचनमें कमशः उन्नति होना आरम्भ हुई; तीसरे सप्ताहमें उसके होटोंपर जमी हुई पपड़ियोंमें कुछ कमी प्रतीत हुई, उसके मुखका स्वाद पहिलेकी अपेक्षा कुछ सुधरा हुआ रहने लगा, और उसके प्रदर रोगकोभी कुछ लाभ प्रतीत हुआ, चौथे सप्ताहके अन्ततक उसके शरीरमें यथेष्ट चैतन्यता आगयी, वह कुछ गृह कार्यभी करने लगी, उसके मूत्रके रङ्गमें बहुत अन्तर आगया और उसके नेत्र सर्वांश निर्मल प्रतीत होने लगे, दो मासमें उसका प्रदर रोग जाता रहा, उसका उभरा हुआ उदर नीचे चला गया, शरीरमें रक्त एवं मासभी वृद्धि होने लगी, यकृत और लीहाकी पीड़ामें बहुत न्यूनता हो गयी, उसकी त्वचाके वर्णमें बहुत अन्तर आगया, ओष्ठोंपर जमी हुई पपड़ीका लेशभी न रहा, अन्न नियमित रूपसे मलत्यागन करने लगी, क्षुधाका ज्ञान भले प्रकार और समयपर होने लगा और वह शिर पीड़ासेभी मुक्त हो गयी; तीसरे मासके अन्तमें उसे कुछ मासिक धर्मभी हो गया, उसका मूत्र एक ओरसे श्वेत हो गया, वह अन्य ग्रामीण स्त्रियोंकी नाई भले प्रकार गृह कार्य करनेलगी, उसकी समस्त अस्थिया लुप्त हो गयीं और दिनोदिन रोग घटने एवं शरीर उन्नति करने लगा । अतः इसी क्रमसे छः मासमें वह समस्त प्रकारेण स्वस्थ हो गयी । उसके शीघ्र स्वस्थ होनेका कारण उसको पथ्यसे रहनेपर बाध्य होने, और नियम पूर्वक चिकित्सा करनेके अतिरिक्त जङ्गलकी स्वच्छ वायुका प्राप्त होनाभी था । उसको आदिकालमें ग्रामके कारण फल नहीं मिले थे । इस लिए उसके पतिने हमसे सम्मति लेकर उसको घिया, तोरी और टिन्डोका विना मसालों आदिकी सहायताके उबला हुआ शाक और गौऊका धारोष्ण दूध दिया था; और प्रायः सेप्टेम्बर मासमें उसकी निजकी कृषिमें ईख हो जानेसे उसने उसको केवल गन्नेका आहार दिया था, और उस समय उसने उसको दूध देनाभी बन्द कर दिया था । इसी लिए तभीसे उसने अधिक उन्नति की थी । उसने डेसेम्बरतक केवल गन्ने या यदा कदा शाकोके आहारपरही अपना जीवन व्यतीत किया था । यद्यपि उसके पतिने उसके आरोग्य हो जानेपर अपने कथनानुसार हमको अपने ग्राममें बुलाकर उसको

नहीं दिखलाया, परन्तु अनायास हमने उसको सन् १९१८ ई० के मध्यमें लाहौरसे लौटते समय थानेश्वरके रेलवे स्टेशनपर खड़े हुए देखा । किन्तु हम उसको पहिचानही न सके । वह उस समय पूरी जाटनी बनी हुई थी । परन्तु उसने हमको तत्क्षण पहिचान लिया और अपने पतिकोभी पुकारकर बुला लिया । उस समय उसके वदनकी आकृति बहुतही सुन्दर थी, वह देखनेसे वास्तवमे सौन्दर्यकी मूर्ति प्रतीत होती थी, और उसकी योवनावस्था अपूर्व शोभा दे रही थी । अतः हम उसे सुखी देखकर बहुतही प्रसन्न हुए । कुछ दिन उपरान्त हमने किसीसे सुना था कि उसे पुत्रभी हुआ था । परन्तु फिर उसके पातिका कोई पत्र नहीं आया ।

हमारा और एक बीकानेरी नव युवकका सन् १९१८ ई० में भटिन्डे रेलवे स्टेशनसे साथ हुआ । वह अपनी चिकित्सार्थ दिल्ली जा रहा था और हम उस समय लाहौरसे प्रयाग जा रहे थे । हम अपनी भार्या सहित नीचेकी दोनों बर्थोंपर लेटे हुए थे । और तीसरी बर्थपर कोई वकील महाशय थे । अतः उसने रोगवश ऊपरकी बर्थपर लेटना स्वीकार न किया, और हमसे नीचेकी बर्थके निमित्त आग्रह करने लगा । अतः हम सहर्ष ऊपरकी बर्थपर जानेको प्रस्तुत हो गये । किन्तु उन वकील महाशयने उस समय हमको रात्रिके कारण अपनी भार्याको नीचे छोड़कर ऊपरकी बर्थपर न जाने दिया, और वह स्वयं हमारे स्थानमे चले गये । अतः वह बीकानेरी नवयुवक हमारे समीपही नीचेकी तीसरी बर्थपर लेट गया । वर्षा ऋतु समाप्त होकरही चुको थी । इस लिए उस समयकी यात्रामे बहुतही आनन्द आ रहा था, और मार्गकी स्वच्छ वायुके कारण उस रोगी नवयुवकके शरीरमेभी कुछ चैतन्यता आ गयी थी । इसीसे वह बहुत समयतक हमसे वार्त्तालाप करता रहा, प्रत्युत उसने हमारा नाम और ठिकानाभी नोट कर लिया । इसके उपरान्त हम दोनोंको निद्रा आगयी, और प्रातःके समय वह एक (हाजिक उल मुल्क) हकीमसे चिकित्सा करानेके निमित्त दिल्ली उतर गया और हम प्रयाग चले गये । किन्तु वह हमसे पत्र व्यवहार करता रहा । अन्तमें उसने हमको अपने साथ बीकानेर रक्खकर चिकित्सा करानेको लिखा । किन्तु हम प्रयागके एक प्रेसवालोंकी टाल-मटोल और मिथ्या विश्वासमे फसे रहे । न उन्होंने 'प्राकृतिक विज्ञान' काही मुद्रण किया और न स्पष्ट उत्तरही दिया । इसीसे हम उस समय बीकानेर न जा सके । अन्तमे



जब ' प्राकृतिक विज्ञान ' के मुद्रणके लिए वह नित्य नूतन चाल चलने लगे तो हम दुःखी होकर सोमना चले गये, और वहांसे एक दिन ' प्राकृतिक विज्ञान ' का मुद्रण करानेके निमित्त हम ' सद्धर्म प्रचारक ' प्रेस, दिल्लीमें गये, जहां कि अनायास घन्टाघरके समीप उसी बीकानेरी नवयुवकसे भेट हो गयी । वह हमको देख अपनी उस रोगी अवस्थामेभी एकैक प्रसन्न हो गया । उसके वदनपर आशाकी लहर लहराने लगी, और उसने हमसे अपनी चिकित्सार्थ बीकानेर चलनेके लिए कहा । किन्तु उन दिनों हम ' प्राकृतिक विज्ञान ' के मुद्रणकी ओरसे बहुतही चिन्तित थे । इस लिए हम उसके साथ वहां न जा सके, और हमने उसको क्रियात्मक रीतिसे अपनी चिकित्सा विधिका प्रयोग बताकर रसीले फलोंके सेवनकी सम्मति दी । किन्तु साथही हमने उसका यह कह दिया था कि रसीले फल कोमल जीवन-कोषोसे सङ्गठित, सुपाच्य और अनुत्तेजक होने चाहियें, और कोई फल यदि वह अति रसीला होनेपरभी उत्तेजक स्वाद या गन्ध प्रगट करे, या कुपाच्य हो, अथवा उसके कण कठोर त्वचाके हों तो सेवन न करना चाहिये । यह हमने इस लिए कहा था कि बीकानेरमे मतीरा ( तर्बूज ) बहुत होता है, और कदाचित् वह उसे अति रसीला समझकर उसके कठोर त्वचाके कणों और कुपाच्यके दोषोंपर दृष्टिपात न करके उसीको अपना आहार न बनाले, अथवा अन्य दूषित रसीले फलोंको सेवन न करने लगे । हमने उसको प्रति दिन दो या तीन बार छाती और उदरको ताप पहुंचाने और उनके उपरान्त या न्यूनाति न्यून रात्रिको घड़ अथवा उदर बन्धनोंका प्रयोग और कमसे अधिकांश अनार, अंगूर, गन्ना, संगतरा, काशमीरी नाशपाती, मीठा नींबू, मालटा, मोसम्बी, शहतूत, तत्पश्चात् लीची, लोकाट, खुर्मांनी, लखनवी खर्वूजा आदि सेवन करनेकी सम्मति दी थी । अतः उसने दिल्लीसेही अपनी चिकित्सा आरम्भ कर दी थी, जिसका फल यह हुआ कि उसको पहिले सप्ताहसेही लाभ होना आरम्भ हुआ । जिस समय दिल्लीमे उसकी चिकित्सा आरम्भ हुई थी उसकी आयु प्रायः पच्चीस वर्ष थी, उसको प्रत्येक समय कुछ ज्वर प्रतीत होता था, उसके दाहिने कन्धे और पक्काशयमें दाह अथवा पीड़ा होती थी, उसकी जिह्वापर मल एकत्र रहता था, क्षुधामें बहुत न्यूनता हो गयी थी, शिरमे पीड़ा और निरन्तर कोष्ठवद्ध रहा करता था । परन्तु उस समयतक उसके रोगको तीव्र दशा थी, और उसकी आयुभी कम होनेसे शरीरके उन्नति करने एवं शीघ्र

आरोग्य होनेकी आशा थी । इसीसे उसको तीन सप्ताहमें ज्वर जाता रहा, दाहिने कन्धे और पक्काशयमें दाह और पीडा होनी बन्द होगयी, शरीरमें यथेष्ट चैतन्यता आगयी और क्षुधामें वृद्धि होने लगी, चौथे सप्ताहके अन्ततक उसकी शिर पीडा और कोष्ठ-वद्धका इति होगया, और इसी प्रकार क्रमशः प्रायः आठवे सप्ताहके अन्ततक उसके यकृतकी दाह एव अन्य यकृत सम्मन्धी रोगोंका अन्त हो गया । इसके अतिरिक्त उसके अन्य कई रोगभी उसका पीडा छोड़ गये । किन्तु उसके स्वस्थ होनेके प्रायः दो मास उपरान्त उसके ताऊका ज्येष्ठ पुत्रभी कलकत्तेसे यकृत रोगसे पीडित होकर बीकानेर पहुँचा । परन्तु उस नये रोगीके और उसके रोगमें बहुत अन्तर था । उसको मन्द यकृत दाह (Chronic inflammation of the liver) का रोग था । इसीसे उसका यकृत स्थायी रूपसे वृद्धिको प्राप्त हो गया था और उसमें निरन्तर पीडा होती थी, अन्तमें बन्द लग गया था, निद्राके बहुत कम आने और क्षुधाके लगनेसे उसे बहुत कष्ट था, अर्शभी यकृतके कार्यमें बाधक था, शरीरका रङ्ग प्रायः एक विशेष ढङ्गका मटीला सरीखा प्रतीत होता था, नेत्रोंके डेले पीत वर्णके दीखते थे, स्वभाव चिड-चिडा हो गया था, और उसकी मनसिक शक्तियाँभी प्रायः उत्तर दे बैठी थीं । उसकी यह दशा कलकत्तेकी जल-वायु, चिकने, गरिष्ठ एव उत्तेजक पदार्थोंके आहार, और अप्यून एवं अधिक मदिरा पान करनेके कारण हुई थी । किन्तु फिरभी इतना अच्छा हुआ कि वह बीकानेर पहुँच गया और उसकी चिकित्साका आरम्भ हो गया । परन्तु जितनी शीघ्रतासे उसके चचाके पुत्रको हमारी चिकित्सासे लाभ हुआ था उसको न हो सका, प्रत्युत जितने समयमें उसके भाईको पूर्ण लाभ हो गया था उसको उतने कालमें दशांश लाभभी बड़ी कठिनातासे हुआ था । अन्ततः तीन मासके उपरान्त उसे हमको दिखाया गया । परन्तु रोगकी जड़ गहरी होनेके कारण हमभी और क्या कर सकते थे ? क्योंकि उसका रोग मन्द होनेके हेतु धीरेही धीरे जा सकता था । अतः हमने स्पष्ट अक्षरोंमें कह दिया कि रोग शरीरमें घर कर चुका है । इस लिए बड़े धैर्यकी आवश्यकता है, कमसे कम दो वर्षमें पूर्ण आरोग्यता प्राप्त हो सकती है; और तनिक-भी कुपथ्य करनेसे शरीर ऐसी आपत्तिमें आ जावेगा कि फिर कदाचित् कोटि उपाय करनेपरभी प्राणोंका बचना दुर्लभ होगा । हमारे उक्त वचन रोगीके पिताके हृदय-ङ्कित हो गये, और तभीसे उसने अपने पुत्रके निकट रहकर निरन्तर दो वर्ष पर्यन्त

उसकी चिकित्सा की। फल यह हुआ कि धीरे, धीरे आठ मासके उपरान्त तक उसका यकृत घटकर अपनी प्राकृतिक आकृतिमें आ गया और उसकी समस्त पीड़ा जाती रही, छटे माससे सातवें मासतक उसकी अन्त्रक वन्द पूर्ण रूपेण खुल गये, निद्रा आने लगी क्षुधाका ज्ञान वृद्धिको प्राप्त होने लगा, नेत्रोंका पीलापन जाता रहा, और शरीरकी त्वचाके रङ्गमेंभी अधिक अन्तर हो गया; चौदह मासके उपरान्त उसके अर्श रोगकाभी सदाको इति हो गया, और फिर उसका शरीर दिनोदिन उन्नति करने लगा। अतएव चौबीस मासके उपरान्त उसने पूर्णरोग्य होकर हमारी चिकित्सा वन्द करदी, और उसके पिताने अपने उसी भतीजेके द्वारा जिसकी हम पहिले चिकित्सा कर चुके थे कुछ स्वया हमको पुरस्कार रूपसे भेजा। किन्तु वह उनके पदको दृष्टिसे बहुतही कम था, तथापि वह उन्होंने प्रेम पूर्वक और आदरके साथ भेजा था। इस लिए हमने उसे प्रसन्नता पूर्वक स्वीकार करके धन्यवाद देते हुए लिख दिया था—

देगे हमें जो घोलकर, समभी खुशी, खुशी,  
पलेंगे आज हम उसे, 'कर्मल' खुशी खुशी !  
आवे-हयात है वहीं, कातिल जो जहर है,  
देगे जो अपने दस्तसे, हमको खुशी, खुशी !

### यकृतका फोड़ा Abscess of the liver.

**प्रा**य यकृतमें फोड़ेकी उत्पत्तिका कारण अतिसारही होता है। इसीसे बहुधा अतिसारके उपस्थित होने या उससे मुक्त होनेपरही यकृतमें फोड़ा हुआ करता है। किन्तु इसके अतिरिक्त रक्तके विपैले होने या किसी अन्य कारण वश यकृतमें दाह होनेपरभी यकृतमें फोड़ोंकी उत्पत्ति हो सकती है। यकृतके फोड़ेकी प्राय वही दशा होती है, जो किसी अन्य दाहमें होती है। केवल अन्तर इतना होता है कि उसमें पीड़ाका अधिक ज्ञान होता है, और यकृतकी असाधारण आकार वृद्धि हो जाती है। परन्तु हमारी सम्मतिमें छोटेसे बड़े रोगतक सभी दाहसे उत्पन्न होनेपर उनमें दाह अवश्य होती है।

हमारे अनुमानसे यकृतके फोड़ेही नहीं वरन् किसी स्थानकी दाह, पीड़ा, फोड़े या पाव आदिकी तुरन्त चिकित्सा करनी चाहिये, और यकृतके फोड़ेकी दशामें तो एक क्षणका विलम्ब होनाभी महः पाप करना है। अतः यथा शक्ति यकृतके

फोड़ेके रोगीका निरन्तर बारह, चौबीस, अड़तालीस, वहत्तर या उससेभी अधिक समय यदि छाती और समस्त उदरका नवनसके तो कमसे कम यकृतका अर्थात् उदरकी दाहिनी ओर ताप पहुँचाकर उदर बन्धनका प्रयोग करना चाहिये; और ज्वरतक रोग समूल नष्ट न हो जाय प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे छाती और उदरपर ताप एवं धड या उदर बन्धनोका प्रयोग तथा रसीले फल और गुनगुने ऊष्ण तापके जलका सेवन होना चाहिये ।

यकृतके फोड़ेसे पीडित एक रोगी हमको सन् १९१८ ई० में लाहौरके स्थानपर मिला था । उसकी आयु प्राय पच्चीस वर्षकी थी, और कई दिनसे उसके यकृतमें पीडा हो रही थी । एक योग्य डाक्टरने उसके यकृतके स्थानपर उदरमें एक पोली सुई चुभायी थी, जिससे कुछ भूरे और लाल रङ्गकी पीप निकलनेसे, यकृतमें फोड़ा होनेका निदान करके उसने शीघ्राति शीघ्र शल्य क्रिया ( Operation ) करनेकी सम्मति दी । परन्तु रोगीके ज्येष्ठ भ्राताकी मृत्यु अन्त उतर आनेपर शल्य क्रिया द्वाराही कुछ दिन पूर्व हो चुकी थी । इस लिए उसके पिताने डाक्टरकी इस सम्मतिको उचित न समझा, और वह हमारी सम्मतिके निमित्त अपने पुत्रको हमे दिखानेके लिए लाया । हमने रोगीको देखकर उसके पितासे कहा कि हताश होनेकी कोई बात नहीं है । उसको हमारी चिकित्सासे विना शल्य क्रियाका प्रयोग किये, और विना किसी आपत्तिके प्राय पन्द्रह, बीस दिनमें पूर्ण लाभ हो जावेगा । अतः उसका पिता हमारी चिकित्सा करनेको प्रस्तुत हो गया, और हमने निरन्तर एक सप्ताहतक प्रति दिन दो बार छ छः घण्टे छाती और उदरपर ताप एवं उसके उपरान्त उदर बन्धनोका प्रयोग कराया, जिससे उसी सप्ताहमें फोड़ेके समस्त विकृत पदार्थ उस छिद्र द्वारा, जो सुई चुभानेसे किया गया था, निकल गये, और रोगीकी पीडाका इति हो गया । इसके उपरान्त प्राय दस दिनतक प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुँचाने और उदर बन्धनोके प्रयोग करनेका क्रम रक्खा गया । आहारके निमित्त उसको एक सप्ताहतक केवल अनार दिये गये और उसके उपरान्त पन्द्रह दिनतक अनारके अतिरिक्त काशमीरी नाशपाती, अङ्गूर, मीठा नीबू, सगुरा, मालटा और गन्ना दिया गया था । पच्चीस दिनके उपरान्त उसका घाव भरकर कोई पीडा न रही थी; और धीरे, धीरे वह शक्तिया प्राप्त करने लगा था ।

## यकृतमें विकृत रक्तका एकत्र होना Congestion of the Liver.

**य**कृतमें विकृत रक्तके एकत्र हो जानेके अनेक कारण हो सकते हैं । परन्तु बहुधा या तो यकृतमें दाह होनेके कारण उसके दोषसे रक्त विकृत होकर एकत्र हो जाता है या हृदय और फुफ्फुस रोगोंके कारण रक्त वाहिनी नाडीमें दाह होनेसे यकृतकी ओर रक्तका प्रवाह हो जाने और मार्गमें रुकावट होनेके कारण यकृतमें दूषित रक्त एकत्र होने लगता है । अतः निरन्तर यकृतपर ताप पहुंचाकर दूषित रक्त एकत्र होनेसे रोकने, एकत्रित विकृत रक्तको अस्तव्यस्त करने और दाहके दूर करनेकी चेष्टा करनी चाहिये । परन्तु हृदय और फुफ्फुस रोगोंकी दशामें छाती और उदरपर नित्य प्रति दो, दो घण्टे या जैसी अवस्था हो उतने काल उस समयतक ताप पहुंचाने या उचित हो तो बन्धनेके प्रयोगकीभी आवश्यकता है जबतक कि उन रोगोंका इति न हो जाय । रोगीको पीड़ाके समयतक रसीले, सुपाच्य और अनुत्तेजक फलोपरही रखना चाहिये । किन्तु ज्यों, ज्यों रोगी उन्नति करता जाय त्यों, त्यों उसको गूदेवाले अनुत्तेजक रसमय फल दिये जा सकते हैं ।

काजेस्ट्युन आव दे लिवरका एक रोगी हमको सन् १९२० ई० में अलीगढ़में मिला था । वह एक पटवारीकी पच्चीस वर्षीय स्त्री थी । उसका यकृत बहुत बड़ा हुआ था । परन्तु उसमें पीड़ा अधिक न होते हुएभी उसके उदरमें इतना भारीपन और विकलता थी कि उसको स्पर्श करनेसेभी क्लेश होता था । उसका मुख पीत वर्ण था, जिह्वापर श्वेत और भूरा मल एकत्र था, क्षुधा बहुतही न्यून हो गयी थी, वारम्बार पित्तमय वमन होती थी और अन्त्रभी अपना कर्तव्य पालन करनेको असमर्थ थी । इसके आतिरिक्त वह शिर पीड़ासे दुःखी थी, उसका वदन कुम्हलाया हुआ और शरीर शिथिल हो रहा था । अपरञ्च फुफ्फुस और हृदयकी निर्वलावस्था और उनके विकारके कारण यकृतमें दूषित रक्तको एकत्र होनेमें सहायता मिलनेसे उसके रोगकी दशा बहुत बिगड़ गयी थी । अतः हमने उसकी चिकित्सार्थ प्रति दिन न्यूनाति न्यून दो, बार दो, दो घण्टे छाती, उदर, ग्रीवा एवं मस्तकपर ताप पहुंचाने, और उसके उपरान्त धड़ बन्धनेका प्रयोग करने तथा रसीले, सुपाच्य और अनुत्तेजक फलोंके आहारपर रहनेकी सम्मति दी थी, जिसका फल यह हुआ कि पहिले सप्ताहमेंही उसको इतना लाभ हुआ कि उसको वमन होना बन्द हो गया,

उदरके भारीपनमे न्यूनता हो गयी, पहिलेके समान विकलता न रही और क्षुधामेंभी कुछ वृद्धि हो गयी, दूसरे सप्ताहमें यकृतमें कुछ न्यूनता प्रतीत हुई, शिर पीडा जाती रही और शरीरमें चैतन्यता आने लगी, तीसरे सप्ताहमें कुछ अधिक लाभ हुआ और मुखके पीत वर्णमें बहुत अन्तर होगया, चौथे सप्ताहमें उसके उदरकी विकलता न रही, पाचवें सप्ताहमें उसका यकृत बहुत घट गया, हृदयकी धड़कन जाती रही और फुफ्फुसभी उचित रीतिसे अपना कार्य करने लगे, छठे सप्ताहमें उसका मुख पीत वर्णके स्थानमें गुलाबी होगया, शरीरमें यथेष्ट चैतन्यता आगयी, अन्त्र अपना कर्तव्य पालन करने लगीं और यकृत बहुतही साधारण बड़ा हुआ रह गया, और आठवें सप्ताहमे उसके शरीरमें सर्व साधारणके अनुमानसे कोई रोग नहीं रहा । परन्तु हमारी दृष्टिमें वह उस समयभी रोगसे मुक्त नहीं हुई थी । क्योंकि उसके हृदय और फुफ्फुसमें चिरकालसे रोगने घर बना लिया था । अतः हमने बड़ा कठिनतासे चार मास उससे और अधिक चिकित्सा और पथ्यका पालन कराया । अन्यथा उसको हमारी सम्मतिमें न्यूनाति न्यून एक वर्षतक चिकित्सा करनी चाहिये थी । उसने दो मासतक केवल गन्नेपर निर्वाह किया था, और एक मास शहतूत एवं लोकाट सेवन किये थे, तद् उपरान्त दो मासतक खर्बूजे और दूधपर दिन व्यतीत किये थे । परन्तु जितना लाभ उसको गन्ने और लाल शहतूतसे हुआ था उतना उसे अन्य पदार्थोंसे नहीं हुआ ।

यकृतके चर्बी सम्बन्धी रोग Fatty diseases of the liver.

यकृतमे चर्बी सम्बन्धी रोगोकी उत्पत्ति बहुधा उसके कणोमे चर्बी भर जानेसे उनके अनप्रवेशनीय हो जानेपर हुआ करती है, जिसका विषेश कारण चर्बी ( घृत या तैल आदि ) मय भोजनोका आहार होता है । इसके अतिरिक्त यकृतके चर्बीले कणोके नष्ट होनेपरभी यकृतमे चर्बी सम्बन्धी रोगोकी उत्पत्ति हो जाती है । यकृतमें चर्बी सम्बन्धी रोगोंके उत्पन्न होनेपर यकृत वृद्धिको प्राप्त हो जाता है, और यद्यपि बहुधा वह पीड़ा शून्य होता है तथापि उसमे विकलता उत्पन्न हो जाती है, और प्रायः भोजनके उपरान्त श्वास लेनेमें कठिनता प्रतीत होती है, और जब यकृतमे चर्बी सम्बन्धी रोगोकी उत्पत्ति आवश्यकतासे अधिक आहार करनेके कारण होती है तो यकृतके अतिरिक्त शरीरके अन्य अवयव प्रत्युत समस्त गात्र चर्बीसे फूल जाता है । यकृतमें चर्बी सम्बन्धी रोगके उपस्थित होनेपर निश्चय कुछ न

कुछ अजीर्ण और कोष्ठ-वद्ध रहता है, जिससे रोगीमें रोगोंका सामना करनेकी शक्ति न रहनेसे कोईभी रोग उसको आघेरता है ।

यकृतमे चर्बी सम्बन्धी रोगसे पीड़ित एक रोगी सन् १९१६ ई० में अपनी चिकित्सार्थ हमारे निकट लाहौरमें आया था । उसकी आयु प्रायः पैंतीस वर्षकी थी, उसका शरीर इतना फूला हुआ था कि वह पन्द्रह मिनिट्समें बड़ी कठिनतासे एक फर्लाङ्ग जा सकता था, उसको कुछ वर्ष पूर्व गठिया ( Rheumatism ) का रोगभी हो चुका था, और उस समय उसको गाऊट ( Gout ) का रोग दुःख दे रहा था, वह अपने दात कट, कटानेका बहुत अभ्यस्त था, उसके दोनों हस्त और वाम पगपर सूजन और दाह थी, उसको लाल रङ्गका गादमय मूत्र होता था, उसके मूत्रसे बहुत दुर्गन्ध आया करती थी, शरीरको वाष्प लेनेसे उसको बहुत सुख प्रतीत होता था, उसको कभी, कभी अजीर्ण या अतिसार हो जाया करता था, या निरन्तर कोष्ठ-वद्ध रहता था, उसका यकृत वृद्धिको प्राप्त होगया था, उसके मुखका स्वाद बहुतही विगड़ा हुआ रहा करता था, घृत, तैल, अण्डे या मछली सेवन करनेसे एकैक उसकी पीड़ामें वृद्धि हो जाती थी, भोजनके उपरान्त कभी लेटे, लेटेभी उसका श्वास घुटने लगता था, उसकी क्षुधामें बहुत न्यूनता हो गयी थी, दिनमें प्रायः वह अच्छा रहता था परन्तु रात्रिमें दो या तीन बजे कभी, कभी ऐसा दौरा होता था कि एक पलकोभी निद्राका आना कठिन हो जाता था, भोजनके उपरान्त कभी, कभी यकृतमें पीड़ा और विकलता होने लगती थी, उसका स्वभाव बहुतही चिड़, चिड़ा हो गया था, उसके हाथ, पैर कभी, कभी ठन्डे प्रतीत होते थे, उसके पैरके अंगूठेमें रात्रिके दो या तीन बजे यदा, कदा ऐसी दुःख देनेवाली पीड़ा उठ खड़ी होती थी कि उसकी निद्रा भग्न हो जाती थी और वह ज्वरका अनुभव करने लगता था, और वह शिर पीड़ासेभी क्लेश पाता था । उसको इस रोगके होनेका कारण यह था कि वह वाल्यावस्थासे एक, एक छटाक घृत शकरमें मिलाकर खा जाता था और ज्यों, ज्यों वह बड़ा होता गया त्यों, त्यों उसकी माता उसके घृत सेवनकी मात्रामे वृद्धि करती गयी । इसके अतिरिक्त युवावस्थामें कुसंगति वरा वह अधिकताके साथ मांस, अण्डे मटली एवं मदिराका सेवन करने लगा, जिससे प्रथम तो उसके यकृत कर्णोंमें चर्बी भरजानेसे यकृत वृद्धि हो गयी, तद् उपरान्त पाचन शक्तिके निबल होनेपर

आमाशयमें तीक्ष्ण दूषित अमल और गैसोंके उत्पन्न होनेपर यकृतके चर्बीले कण क्षीण होने लगे, समस्त शरीर फूलने लगा और उसमें सूत्रामल (यूरिक एसिड) एकत्र होनेसे उसे गाऊट रोग हो गया । हमने उसको अधिकसे अधिक सात वर्ष पर्यन्त और न्यूनाति न्यून दो वर्षतक चिकित्सा करनेको कहा था । परन्तु वह इतने समयका नाम सुनतेही घबरा गया और हमसे कुछ कहाना करके ऐसा गया कि एक वर्षतक फिर उसने हमारा नामभी नहीं लिया, किन्तु खेद है उसने यह नहीं विचारा कि उसका रोग कितना पुराना है और वह शरीरके एक, एक कणमें प्रवेश कर चुका है, इस लिए उससे शरीरको शुद्ध करनेके लिए कितने समयकी आवश्यकता है ? इसीसे वह अनेक चिकित्सकोंके यहां व्यर्थ टकरें खाता रहा; और अन्तमे दुःखों होकर फिर एक वर्षके उपरान्त वह हमारी चिकित्साकी शरणमे आया । हमने उसको नित्य प्रति दिनमें तीन बार दो, दो घण्टे समस्त शरीरको टब द्वारा ताप पहुंचाने और उसके उपरान्त धड बन्धनोंका प्रयोग एवं केवल अनार, अद्वार, गन्ना, मीठा नीबू, माल्टा, सगतरा सेवन करनेकी आगादी थी । अतः फल यह हुआ कि पहिले मासमेही उसके सूत्रके रङ्गमे कुछ अन्तर प्रतीत हुआ, उसकी शिर पीड़ा जाती रही, हाथ, पैरोंके सूजन, दाह और पीडामे न्यूनताका अनुभव हुआ, अजीर्णमे कमी होगयी क्षुधामे वृद्धि होने लगी, अतिसारकी पीडा जाती रही, शरीरमे चैतन्यता आने लगी, यकृत पीड़ाकोभी कुछ लाभ प्रतीत हुआ और वह पहिलेकी अपेक्षा कुछ अधिक और शीघ्रतासे च्लने लगा, दूसरे मासके उपरान्त उसका फूला हुआ शरीर कुछ हलका प्रतीत होने लगा और समस्त पीडाओमें पहिलेकी अपेक्षा न्यूनता होगयी, तीसरे मासके अन्ततक वह सुगमता पूर्वक भोजनके उपरान्त श्वास ले सकता था, उसको उदरमे किसी प्रकारकी विकलताका अनुभव नहीं होता था, रात्रिके दो, तीन बजे जो उसको गाऊटके कारण पीडा हुआ करती थी वह बन्द हो जानेसे उसकी निद्रामेभी कोई बाधा उपस्थित न होती थी, उसको भले प्रकार क्षुधाका ज्ञान होने लगा था, अजीर्ण प्रायः लुप्त हो चुका था, ज्वरकाभी अनुभव नहीं होता था, सूत्रको दुर्गन्ध और रङ्गमें बहुत न्यूनता हो गयी थी, हाथ, पैरोंका सूजन और पीडा बहुतही कम रह गयी थी, वह प्रातःके समय एक मील टहलने योग्य हो गया था, उसका दांत कट, कटानाभी बहुत कम हो गया था और उसकी यकृत पीडा एवं यकृत वृद्धिमेभी बहुत न्यूनता प्रतीत होती थी, चौथे मासके अन्तिम सप्ताहमे उसका फूला हुआ शरीर घटकर उचित



दशामें पहुंच गया था; पांचवें मासके चौथे सप्ताहमें उसका मूत्र निर्मल हो गया था और यकृत पीड़ाका अन्त हो गया था; छटा मास समाप्त होनेपर उसका शरीर नीरोग प्रतीत होने लगा था, शरीरके वर्णमें भी एक ओरसे परिवर्तन हो गया था, प्रत्युत उसकी आकृतिमें भी इतना अन्तर हो गया था कि एक वर्ष पहिले देखने-वाला मनुष्य कभी, कभी उसको पहिचानही नहीं सकता था, उसके शरीरमें यथेष्ट और निर्मल रक्तकी उत्पत्ति हो गयी थी और उस समय वह आध मीलतक सुगमता पूर्वक दौड़ सकता था । परन्तु इसपर भी हमने उसको पूरे समयतक चिकित्सा करनेको कहा था । किन्तु खेद है उसने एक वर्षसे अधिक चिकित्सा और पथ्यका पालन नहीं किया । इसीसे हमारा विश्वास है कि यद्यपि उसको रोगका अनुभव इस लिए नहीं होता था कि वह वास्तवमें यह जानताही नहीं था कि पूर्ण आरोग्य होनेके क्या लक्षण हैं, तथापि उसका शरीर पूर्णतः शुद्ध नहीं हुआ था । इसीसे उसने हमारे समझानेपर उसका उत्साही अर्थ निकाला । उसका अनुमान था कि उसने हमको कुछ नहीं दिया था, इस लिए हम उसे झमेलेमें डालकर कुछ प्राप्त करना चाहते थे । यह उसके अश्लील विचार इसी लिए थे कि उसने चिकित्साके आदि कालमें हमको अनेक मिथ्या प्रलोभन देकर मूर्ख बनानेकी चेष्टाकी थी । परन्तु वास्तवमें हम उसके प्रलोभन देनेके समय उसकी इस नीतिको भले प्रकार जानते हुएभी केवल अपनी चिकित्साके प्रचारार्थ उपेक्षा करते रहे । अन्यथा हम इस बातको भले प्रकार जानते थे कि जो चिकित्साके आदि कालमेंही नहीं देना चाहता है वह अन्तमें कब देगा । काम निकलनेपर कोई विरलाही दिया करता है । अच्छा, इसकी कोई चिन्ता नहीं । उसके विचार उसके साथ थे और हमारी सत्यता हमारे साथ है । इसीसे हमारा कहना है कि उसको एक दिन निश्चय अपने पापी हृदयके कारण पश्चात्ताप करना पड़ेगा ।

### तीव्र यकृत क्षय Acute yellow atrophy of the liver.

यकृतका तीव्र गीतसे क्षय होना बहुतही भयङ्कर है । क्योंकि कभी, कभी उसके क्षय होनेकी गति इतनी तीव्र होती है कि दो, तीन दिनके भीतरही चौथाई, आधा या पौन यकृत एक ओरसे गलकर क्षय हो जाता है; और देखते, देखते रोगीकी मृत्यु हो जाती है । इस प्रकार यकृतका तीव्रतासे क्षय होनेका कारण हमारा अप्राकृतिक आहार-विहारही है । क्योंकि कृत्रिम आहारसे हमारे रक्तमें

कोई फास्फोरसके समान दूषित पदार्थ उत्पन्न होनेपर ऐसे तीक्ष्ण और विषैले कीटोंकी उत्पत्ति हो जाती है, जो कि अति तीव्र गतिके साथ यकृतके कर्णोंको नष्ट, भ्रष्ट कर देते हैं, इसीसे फास्फोरस आदि विषोकाभी यकृतपर ठीक ऐसाही प्रभाव होता है । यकृतके क्षय होनेमें उसमें ऐसा पीड़ाका ज्ञान होता है कि रोगीको दौरे होने लगते हैं, वह अचेत हो जाता है, और हृदय अति निर्बल प्रतीत होता है, पाण्डू रोगके लक्षण प्रगट होते हैं, जो कि कुछही दिन प्रतीत होते हैं, किन्तु वह साधारण पाण्डू रोगसे निदान करनेमें सर्वथा भिन्न होते हैं । रोगीकी मृत्युके उपरान्त यकृतकी परीक्षा करनेसे वह गला हुआ प्रतीत होता है, काटनेसे पीले और लाल रङ्गका दीखता है और उसके कण नष्ट, भ्रष्ट हुए, जान पड़ते हैं । यकृतके तीव्रतासे क्षय होनेपर बहुत कुछ सावधानीसे चिकित्सा करनेपरभी बहुतही कम सफलता होती है । क्योंकि जबतक चिकित्साका आरम्भ या प्रभाव होता है तबतक रोगीका यकृत क्षय हो जानेके कारण शरीरका पोषण न हो सकनेसे रोगीकी मृत्यु हो जाती है । फिरभी इस अनुमानसे रोगीकी चिकित्सा करना, कि कदाचित् उसके प्राणोंकी रक्षा हो सके हमारा परम कर्त्तव्य है । किन्तु यकृतके क्षय हो जानेपर किसीभी रोगीके प्राण नहीं बचाये जा सकते ।

यकृतके क्षय होनेका सन्देह होतेही इस लिए रोगीके सर्व शरीरको उस समयतक टब द्वारा ताप पहुंचाना चाहिये जबतक कि उसका जीवन सकटसे बाहर न हो ले, कि रक्तमें जो विषैले कीट समस्त गात्रमें घूम रहे हो उनका प्रभाव होना बन्द हो जाय । शिरपरभी निरन्तर ऊष्ण जल डालते रहना चाहिये । यदि टबकी व्यवस्था न हो सके तो मस्तक, छाती और उदरपर निरन्तर उसी समयतक वस्त्रों द्वारा ताप पहुंचाना चाहिये जबतक कि रोगी सर्व प्रकारेण जोखिमसे बाहर न हो ले । हमारी सम्मतिमें एक मिनिटकोभी ताप बन्द करना बड़ी भूल्यता है । कभी, कभी यकृतके क्षय होनेपर दस दिनसेभी अधिक चौबीसो घण्टे ताप पहुंचानेकी आवश्यकता होती है; और शौचादि क्रियासेभी ताप करते, करतेही निवृत्ति प्राप्त करनी पड़ती है । यदि रोगीकी दशा ताप पहुंचानेपर पहिलसे कुछ, कुछ अच्छी प्रतीत हो तो भूलकर भी ताप बन्द न किया जाय, और रोगीके जोखिमसे निकल जानेपरभी कई मास पर्यन्त चिकित्सा करनेकी आवश्यकता है । किन्तु उस समय चौबीसों घण्टेके स्थानमें प्रति दिन दो बार एक, एक घण्टे ताप पहुंचाने और उसके उपरान्त धड़ बन्धन

प्रयोग करने चाहियें, या चिकित्सककी सम्मतिके अनुसार केवल ताप अथवा केवल बन्धनोंका प्रयोगही करना चाहिये ।

आहारके निमित्त ऐसे रोगीको केवल बेदाना या मस्कृती अनारही देना चाहिये । क्योंकि अनारके अतिरिक्त हमारी दृष्टिमें अन्य कोई ऐसा फल नहीं है जो क्षय हो जाने वाले भागोंकी पूर्ति कर सके, या जिससे यकृतको अनुचित कष्ट न सहन करना पड़े । परन्तु इस बातका ध्यान रहे कि विना क्षुधाके रोगीको कभी आहार न दिया जाय । यदि रोगीको प्यासका ज्ञान हो तो गुन, गुना ऊष्ण तापका जल पान कराया जाय ।

यकृत क्षय होनेवाले अनेक रोगियोंमेंसे अवतक हम केवल पांच रोगियोंके प्राणोंकी रक्षा करनेमें सफल हुए हैं । परन्तु हमारी सफलताका कारण यही था कि उनमेंसे किसी रोगीका यकृत क्षय नहीं होने पाया था, और चिकित्सा सम्बन्धी समस्त साधन समयपर उपस्थित थे । इसके अतिरिक्त उनके परिचारक बहुतही सावधान और परिश्रमी थे । उन सभीको प्रायः एक सप्ताहसे दस दिनतक ताप पहुंचाया गया था । किन्तु उनकी दशा चिकित्साके पहले दिनमेंही सुधरने लगी थी, और तीसरे दिनतक उनके जीवनकी बहुत कुछ आशा बन्ध गयी थी, और दस दिनके भीतर वह जोखिमसे शून्य हो गये थे । किन्तु उनके शरीरमें यथेष्ट शक्ति और चैतन्यता कई मासमें आयी थी । प्रायः एक सप्ताहतक उनको किञ्चित् मात्राभी आहार नहीं दिया गया था । किन्तु उसके उपरान्त एक मासतक केवल अनार और शेष कालतक अन्य रसीले फल दिये गये थे ।

### यकृतका केन्सर Cancer of the liver.

यकृतका केन्सर ( एक प्रकारका फोड़ा ) रोगसे पीड़ित होना कोई असाधारणता नहीं है, परन्तु वास्तवमें यकृतमें केन्सरकी उत्पत्ति बहुतही कम होती है । अन्यथा बहुत करके आमाशय या अन्त्रमें केन्सरके उपस्थित होनेपरही यकृतका केन्सरसे पीड़ित होना निर्भर है । युवावस्थामें यकृतमें केन्सरकी उत्पत्ति बहुतही कम होती है, और अधिकांश वही वृद्ध रोगी केन्सरके लक्ष्य होते हैं, जिनको पित्ताशयके दोषों या निरन्तर पित्ताशयकी पथरीके घर्षण या उत्तेजनासे दुःख होता रहता है । यकृतके केन्सरके बहुधा वही लक्षण होते हैं जो साधारण रीतिसे किसी अन्य स्थानके केन्सरके होते हैं । ज्यों, ज्यों रोगकी वृद्धि होती

जाती है त्यों, त्यों यकृतका मांस ढीला, निर्जीव, कठोर या चर्बी शून्य होता जाता है । केन्सरकी दशामें यकृतकी असाधारण वृद्धि हो जाती है, और उसके सिरे तथा अन्य भाग खुदरे और ऊँचे, नीचे हो जाते हैं, जो कि उदरपर दबाकर देखनेसे भले प्रकार प्रतीत होते हैं । केन्सरकी दशामे कभी पीड़ा होती है और कभी नहीं, किन्तु तनाओ, कटाओ, खुजली या दाहका अनुभव हुआ करता है । पित्त नालीपर केन्सरका भार होनेसे पित्तके रुक जानेपर पाण्डूका अनुभव होता है, और वह रोगी कभी पाण्डूसे मुक्त नहीं होता प्रत्युत केन्सरकी वृद्धिके कारण दिनोदिन उसके नेत्र अधिक पीले होते जाते हैं । पोर्टल वेन ( Portal vein ) पर केन्सरका भार होनेसे जलोदरका अनुभव होने लगता है । इसके अतिरिक्त केन्सरके रोगीकी पाचन क्रियामें अनेक व्याधियाँ उपस्थित हो जाती हैं, जिनके कारण क्षुधाका ज्ञान जाता रहता है, उबकाइयो ( Nausea ), वमन और कोष्ठ बद्धकी पीड़ा दुःख दिया करती है, और अन्तमें अतिसारसे पीड़ित होकर रोगी मृत्युको प्राप्त होता है ।

यकृतके केन्सरके रोगीकी चिकित्सार्थ अति धैर्यके साथ प्रति दिन तीन या दो बार दो, दो घण्टे छाती और उदरपर ताप, या उसके उपरान्त घड बन्धनोका प्रयोग करना चाहिये । किन्तु केन्सरकी पीडा एक बहुतही दारुण रोग है, और बहुत कठिन तासे बहुत समयमे दूर होता है । इस लिए यथा शक्ति जितने अधिक कालतक ताप किया जाय उतनाही लाभ प्रद है; और इसीसे यदि चिकित्साके आदि कालमे निरन्तर एक सप्ताहतक चौबीसो घण्टे ताप पहुँचाया जाय और तद् उपरान्त प्रत्येक सप्ताहमे किसी एक नियत दिन निरन्तर बारह या चौबीस घण्टे ताप किया जाय तो बहुब हितकर है ।

आहारके निमित्त हमारी सम्मतिमे अनारही उचित प्रतीत होता है । परन्तु आनारके उपलब्ध न होनेपर अङ्गूर गन्ना, शहतूत, सगतरा, काशमीरी नाशपाती, लखनवी खर्बूजे दिये जा सकते हैं । किन्तु अच्छा तो यही है कि यदि अनार प्राप्त न हो सके तो उसके स्थानमें केवल गन्नेका आहार दिया जाय ।

यकृतके केन्सरका एक रोगी सन् १९१८ई० में हमको अहमदाबादमें मिला था । उसकी आयु प्राय चालीस वर्षकीथी उसके नेत्रोंका रंग पीला था । उसकी क्षुधा बहुत न्यून हो गयी थी, प्राय उसको वमन हुआ करती थी, किसी समय यकृतमे सुइयोंके

चुभनेके समान पीड़ाका अनुभव होता था और दाहिनी पसलियोंके नीचे चनेके समान कोई वस्तु यकृतपर उभरी हुई प्रतीत होती थी किन्तु शेष समस्त यकृतपर हाथ फेरनेसे वह उचित दशामें प्रतीत होता था । इस लिए हमारे अनुमानसे अधिकसे अधिक दो मासके भीतर उसके यकृतमें केन्सरकी उत्पत्ति हुई थी; और हमारे इस विचारसे, अन्य कई डाक्टरभी सहमत थे । अतः हमने इस अनुमानसे कि रोग नया है उस रोगीको सावधान रहने और ध्यान पूर्वक चिकित्सा करनेको कह दिया और उसनेभी हमारी सम्मति स्वीकार करली । अतएव उसी दिनसे हमारी चिकित्साका प्रारम्भ होगया । उस समय टबका प्रबन्ध न होनेके कारण हमने निरन्तर एक सप्ताह तक उसको चौबीसों घन्टे ताप पहुँचानेके निमित्त चार परिवारक नियत करवाये, तद् उपरान्त प्रति दिन उसको चार बार एक, एक घन्टे छाती और उदरपर ताप पहुँचाया जाता था, किन्तु प्रत्येक रविवार को उसे चौबीस घन्टे ताप दिया जाता था । आहारमें उसको केवल अनार और गन्ना दिया गया । अतः इस पथ्य और चिकित्साका परिणाम यह हुआ कि पहिले सप्ताहमेंही यकृतकी दाह और वृद्धिमें न्यूनताका अनुभव हुआ; दूसरे सप्ताहके उपरान्त वमन होना बन्द हो गया और कोष्ठवद्धकी पीडा जाती रही; तीसरे सप्ताहमें सुइयां चुभनेके समान जो पीड़ा होती थी वह बहुतही कम रह गयी; चौथे सप्ताहमें नेत्रोंके पाले रङ्गमें बहुत कमी हो गयी, पाँचवें सप्ताहमें उसकी क्षुधामें यथेष्ट वृद्धि हुई और छठे सप्ताहमें उसके नेत्र निर्मल प्रतीत होने लगे और उसको कोई पीडा न रही । किन्तु इसपरभी हमने उसको चार मास पर्यन्त चिकित्सा करनेको बाध्य किया था । उसके रोगका इतने अल्प समयमें अन्त होनेका एक मात्र यही कारण था कि केन्सरकी उत्पत्ति हुए अधिक दिन नहीं हुए थे, अन्यथा केन्सरसे मुक्त होनेके लिए कभी कभी वारह, तेरह माससेभी ऊपर चिकित्सा करनी पड़ती है ।

### पाण्डू Jaundice.

**पाण्डू** रोगकी उत्पत्ति का विशेष कारण यह है कि किसी प्रकार पित्ताशयसे पित्तका अन्त्रमें प्रवाह होना बन्द होनेपर वह रक्तमें प्रवेश हो जाता है; और लिम्फ-वेसिल्स ( Lymph-vessels ) तथा अन्य पदार्थ शरीरके अनेक अवयवोंमें एकत्र हो जाते हैं । पित्तके प्रवाहमें यह रुकावट या तो पित्तनालीमें कोई बाधा उपस्थित होनेसे होती है, या यकृतमें किसी ऐसे विकारके

कारण होती है, जिससे यकृत-रूण पित्तका इस प्रकार त्यागन करना बन्द कर देते हैं कि वह पित्तनालीमें पहुंचताही नहीं । प्रायः पित्त नाली या छोटी अन्त्रकी पित्त-नालीके निकटवालि श्लेष्म झिल्ली ( Mucous membrane ) में उत्तेजक या कुपाच्य पदार्थोंके आहार अथवा शीतसे सूजन अनेपरभी पित्तका अन्त्रमें प्रवाह बन्द होनेपर पाण्डू रोग हो जाता है । परन्तु वह रोग कुछ सप्ताहसे अधिक नहीं रहता । क्योंकि उत्तेजक या कुपाच्य पदार्थों अथवा शीतका प्रभाव जानेपर रोग स्वमेव दूर हो जाता है । इसके अतिरिक्त पित्ताशयमें पथरी उत्पन्न होनेपर उसके कारण पित्तनालीमें रुकावट होनेसेभी पाण्डू रोगकी उत्पत्ति हो जाती है । अपरश्च गर्भाशयकी अनुचित वृद्धि, यकृतके निकटवर्ती किसी अवयवमें फोड़ा, या किसी ग्रन्थीके बड़ा हो जानेसे पित्तनालीमें रुकावट होनेपरभी पाण्डू रोग प्रतीत होने लगता है । किन्तु ऐसी दशामें जिन हेतुओंसे पाण्डू उपस्थित होता है उन्हींकी अवस्थानुसार उसकी उत्पत्ति अधिक होती है । इसीसे यदि गर्भाशय, फोड़े या ग्रन्थिया अधिक भार या रुकावट उपस्थित करती हैं तो रोगकी दशा अधिक भयङ्कर होती है । वृद्धावस्थामें जब पाण्डू रोग यकृतमें कैंसर ( Cancer ), के कारण होता है तो उसकी दशा बहुत भयङ्कर होती है । सिरोसिस आब दे लिवर ( Cirrhosis of the liver ) के कारणभी पित्तनालीमें बाधा उपस्थित होनेपर पाण्डू रोगकी उत्पत्ति होती है । परन्तु ऐसी दशामें रोगकी बहुधा मन्दावस्था होती है ।

यकृतमें विकार होनेपर रक्तमें अनेक विष प्रवेश करने लगते हैं, और यलो फीवर ( Yellow fever ), शीतज्वर ( Malaria ), मोती झरा ( Typhoid fever ) और प्येमिया ( Pyæmia ) आदिमेंभी पाण्डू रोग हो जाता है । क्योंकि उनसे पीड़ित होनेपर पित्त प्रवाहमें बाधा उपस्थित होकर रक्त दूषित होने लगता है ।

पाण्डू रोगमें प्रायः सबसे पहिले नेत्रोंके डेले पीत वर्ण होते हैं, तद् उपरान्त समस्त त्वचा पीत वर्ण हो जाती है, और जितना रोग पुराना और वृद्धिको प्राप्त होता जाता है उतनाही पीला रङ्ग गहरा होता जाता है । पाण्डू रोगसे पीडित रोगीको वृक्क द्वारा पित्त प्रवाह होनेसे पित्तके रङ्गका मूत्र होता है, पाचन क्रियामें अनेक बाधाएं उपस्थित हो जाती हैं, जिह्वापर मल एकत्र हो जाता है, क्षुधाका ज्ञान कम हो जाता है । प्रायः रोगका अनुभव होने लगता है, और चिकनाईके पदार्थ सेवन करनेसे रोगकी

दशा दिनोदिन वृद्धिको प्राप्त होती जाती है । अन्त्रमें पित्तके न पहुँचनेके कारण विष्टेका रङ्ग श्वेत या भूरा प्रतीत होता है, और उसीके कारण कोष्ठ-वद्धकी पीड़ा रहने लगती है; किन्तु यदा कदा अतिसारके हो जानेसे कोष्ठ-वद्धकी पीड़ामें दो-चार दिनको न्यूनता हो जाती है, और विष्टेमें बहुतही विपैली और तीक्ष्ण गन्धका अनुभव होता है । पाण्डूके रोगीके मुखका स्वाद प्रायः इस लिए कटु होता है कि पित्तामलके क्षारादि उसके मौखिक लार कोषोंमें उपस्थित होते हैं, और उसकी त्वचापर खुजली होनेकाभी यही कारण है कि श्वेदके साथ पित्तामलके क्षारादिका प्रवाह होता है । पाण्डू रोगमें नाड़ीकी गति मन्द हो जाती है, और चिरकालसे पीड़ित रोगियोंको मस्तिष्ककी निर्वलता और आलस्य आदिकाभी अनुभव होने लगता है ।

पाण्डू रोगकी चिकित्सार्थ रोगीकी अवस्थानुसार ताप और बन्धनोंका प्रयोग करना चाहिये । किन्तु कमसे कम प्रति दिन दो बार एक, एक या दो, दो घण्टे तो ताप पहुँचानाही चाहिये । यदि केवल यकृत या पित्ताशयके दोषसे पाण्डू रोगकी उत्पत्ति हुई हो तो उदरपर ताप पहुँचानाही यथेष्ट है, किन्तु यदि उदरके साथ छातीपरभी ताप पहुँचाया जाय तो अति उत्तम है । परन्तु यदि पोर्टल वेन या अन्य किसी छातीके अवयवके दोषसे पाण्डू रोगकी उत्पत्ति हुई हो तो उदरके साथ छातीपर ताप पहुँचाना आवश्यक है । इसके अतिरिक्त यदि पाण्डूका मूल कारण केन्सरका होना हो तो उदर और छातीपर तापके अतिरिक्त थड़ बन्धनोंका प्रयोग करनाभी परमावश्यक है; प्रत्युत ऐसी दशामें बहुतही सावधानीसे चिकित्सा करनी चाहिये, और उसके सम्बन्धमें विशेष बातें जाननेके लिए ' केन्सर आव दे लिबर ' देखना चाहिये ।

पाण्डूके रोगीका अधिकांश आहार अनारद्ध होना चाहिये, या उसकी अवस्थानुसार अन्य रसीले, सुपाच्य और अनुत्तेजक फल दिये जायें ।

पाण्डू रोगकी चिकित्सार्थ सबसे अधिक इस बातपर ध्यान रखना चाहिये कि जिस अन्य रोगवश उसकी उत्पत्ति हुई हो उसीके अनुसार चिकित्सा और पथ्य होना चाहिये । किन्तु यदि इसपर कोई ध्यान न देना चाहे अथवा उसमें इतनी सुधि न हो तो छाती और उदरपर ताप एवं थड़ बन्धनोंका प्रयोग और सूक्ष्माति-सूक्ष्म रसीले फलोंका आहार देना चाहिये, जिनमें अनार सर्वोत्तम है ।

पाण्डू रोगका एक रोगी सन् १९१८ ई० में हमको ज़िले बुलन्दशहरके एक

ग्राममे मिला था, उसकी आयु प्रायः पैंतीस वर्षकी थी; वह जातिसे यवन था, किन्तु ग्रामीण होनेके कारण मासाहारी नहीं था, इसीसे उसकी चिकित्सा करना सुगम था, उसको पाण्डू रोगकी उत्पत्ति घतूरेका विष सेवन करने और अजीर्ण वश इस लिए हुई थी, कि अजीर्णके दूषित विकारों और घतूरेके विषसे उसकी अन्त्रके मुख और पित्तनाली आदिमें दाहकी उत्पत्तिके कारण पित्त प्रवाह रुक गया था, उसको प्रायः प्रातःके समय उबकाइयां आया करती थीं और मुखसे बहुतही थोड़ी मात्रामे श्वेत लेसदार जलकी वमन हुआ करती थी, एक दिन उसको जलकी वमनके उपरान्त गहरे पीले रङ्गका पित्त ठीक अण्डेकी पिलापीके समान गाढ़ा, गाढ़ा और चिपकता हुआ आया था, उसकी एक मासके भीतर ऐसी शौचनीय दशा हो गयी थी कि उसका कण्ठ शुष्क हो गया था, उसके नेत्रोंके डेले एक ओरसे गहरे पीत वर्ण प्रतीत होते थे, उसको प्रत्येक पदार्थ सेवन करनेक उपरान्त वमन हो जाती थी, उसे क्षुधाका ज्ञान किञ्चित् मात्रभी न रहा था, उसे इतना भारी कोष्ठ-बद्ध था कि वह दो, दो घण्टे पर्यन्त अपनी गुदामे ऊगली डालकर शौचसे निवृत्ति प्राप्त करनेकी चेष्टा करता था तब कहीं कठिनतासे ऊंटकी मँगनियोंके समान गोल, गोल, शुष्क, कठोर और सर्वथा श्वेत रङ्गका विष्टा होता था, रोगसे पहिले वह बहुतही निडर रहता था, किन्तु रोगकी दशामे वह ऐसा भीरु हो गया था कि रात्रिको स्वप्नमे किसी भयङ्कर दृश्यको देखकर चोंक पडता था और आख खुलनेपरभी जब तक अपनी स्त्रीको न उठालेता था तबतक मुख न उघाडता था, उसकी निर्बलताभी इस सीमाको पहुंच गयी थी कि वह कुछ दूर चलनेमेभी थक जाता था, उसका यकृतभी कुछ वृद्धिको प्राप्त हो गया था और उसमें पीडाका ज्ञान होता था, उसके शरीरकी समस्त त्वचा पीतवर्ण होगयी थी, और उसके मुखका स्वाद कटु प्रतीत होता था । अतः हमने उसको दो सप्ताह पर्यन्त प्रति दिन तीन बार दो, दो घण्टे छाती, उदर और ग्रीवापर ताप पहुंचाने और यदि सम्भव हो तो उसके उपरान्त धड बन्धनका प्रयोग एवं गन्ने सेवन करनेकी सम्मति दी थी । इसके आगामी दो सप्ताहतक दिनमें दो बार दो, दो घण्टे और फिर अगले दो सप्ताहतक प्रति दिन एक, एक घण्टे ताप पहुंचाने तथा दूध और गन्नेपर निर्वाह करनेकी अनुमति दी थी । अतः फल यह हुआ कि पहिले सप्ताहमें उसकी आंखोका पीला रङ्ग फीका पडने लगा, दूसरे सप्ताहमें नेत्र बहुत कुछ निर्मल हो गये, कोष्ठ-



## धड़ सम्बन्धी रोग

बढ़ जाता रहा, वमनका होना बन्द हो गया, त्वचाका रङ्ग भी धीरे-धीरे उचित स्थितिमें आने लगा, भुधामें वृद्धि हो गयी, कण्ठकी शुष्कता जाती रही, सूत्रके रङ्गमें अन्तर हो गया और विष्टा श्वेतके स्थानमें पीला होने लगा; तीसरे सप्ताहमें यकृतकी पीड़ा और वृद्धिमें भी कमी हो गयी, नेत्र श्वेत वर्णके हो गये, विष्टा सुगमता पूर्वक लेंडी बन्धकर आने लगा, त्वचाका रङ्ग आरोग्यताके लक्षण प्रगट करने लगा, भुधाका ज्ञान भले प्रकार और नियमित रूपसे प्रतीत होने लगा, और यकृत आदिकी भी कोई पीड़ा न रही। किन्तु हमने दो सप्ताह तक उसको और चिकित्सा करनेके लिए विवश किया, जिससे रोगका सदाको अन्त हो जाय, और उसका शरीरमें वीर्य न रहे।

### जलोदर Dropsy, or hydrops.

यहापर हम केवल जलोदरकाही कथन नहीं करते हैं, प्रत्युत हम ड्रॉप्सी (शरीरके किसी स्थानमें जल एकत्र होना) के विषयमें कहना चाहते हैं। क्योंकि जलोदर ड्रॉप्सीका एक अङ्ग मात्र है।

ड्रॉप्सीका वास्तविक अर्थ है—त्वचाके नीचे या शरीरके किसी एक या अनेक पोले स्थानोंमें जलके समान दूषित द्रव पदार्थोंका एकत्र हो जाना। भिन्न, भिन्न अङ्गोंमें जलके एकत्र होनेसे ड्रॉप्सी रोगके लिए डाक्टोने भिन्न, भिन्न नाम दिये हैं। इसीसे त्वचाके नीचे किसी परिमित स्थानमें जल एकत्र होनेवाले ड्रॉप्सी रोगको ओडेमा (Edema) और सर्वत्र या भागमें जल आजानेपर एनेसारसा (Anasarca), उदरमें जलके सञ्चित होनेपर एसाइटिस (Ascites), छातीमें हाइड्रो-थोरेक्स (Hydro-thorax) और शिरमें हाइड्रो-सेफेलस (Hydrocephalus) कहते हैं।

वस्तुतः ड्रॉप्सीको कोई स्वतन्त्र रोग समझना बड़ी भूल है। ड्रॉप्सीका वास्तविक हेतु वृक्, हृदय या यकृतके कर्तव्य च्युत होने या शारीरिक निर्वलतावश रक्त कणोंके कारण त्वचाका निर्वल होना है। ड्रॉप्सी उत्पन्न करनेमें निम्न लिखित तीन कारण होते हैं और उनमेंसे दो तो बहुधा उपस्थितही होते हैं:—

१-शरीरके जिस भागमें ड्रॉप्सी हो उसमें हानि पहुंचने, शरीरके प्राय रोगी रहने रक्त संचारमें बाधा उपस्थित होने और रक्त कणोंके पोषणमें न्यूनता होने या रक्तमें विषैले पदार्थ सम्मिलित होनेसे रक्त कणोंकी त्वचाके निर्वल होनेपर ड्रॉप्सीकी उत्पत्ति होती है।

२-शिराओंपर आवश्यकतासे अधिक रक्तका भार होनेपरभी ड्राप्सी प्रगट होती है ।

३-रक्तके अधिक तरल और जल मय होनेपर रक्त कणोंकी त्वचासे जल निकलकर एकत्र होनेसे ड्राप्सी प्रतीत होती है ।

हृदय रोगके कारण रक्तका शिराओंपर अनावश्यक भार या रक्तमें अशुद्धता उत्पन्न होने, या वृक्के कर्तव्य च्युत होनेसे विषैले पदार्थों और रक्तसे प्राप्त जल त्यागन न कर सकनेके कारण विशेषतः ड्राप्सीकी उत्पत्ति होती है । हृदय रोगमें बहुधा परिश्रमके उपरान्त और वृक् रोगमें प्रायः विश्रामके पश्चात् ड्राप्सीका अनुभव होता है । अतः वृक् रोगके कारण होनेवाली ड्राप्सीकी विशेष पहिचान यह है कि वह रात्रिके विश्रामके उपरान्त प्रातःके समय प्रतीत होती है और दिनके चढ़नेपर छुप्त हो जाती है । उसमें प्रायः नेत्रोंके नीचेकी त्वचा सरीखे कोमल और ढीले स्थानोंपर प्रभाव होता है, और हृदय रोगके हेतु उत्पन्न होनेवाली ड्राप्सी दिन भरके परिश्रमके कारण सायंके समय पगोके समान शरीरके अन्य अवयवोंके आधीन भागोंपर प्रगट होती है और रात्रिमेंही छुप्त हो जाती है । हृदय और वृक् दोनोंके विकारसे ड्राप्सीकी उत्पत्ति होनेपर वह बहुत भयङ्कर होती है ।

अनावश्यक परिश्रमके कारण शरीरकी निर्वलावस्था या रक्तकी न्यूनता आदिकी दशामें सायंकालको पैरों और टागोपर बहुतही कम ड्राप्सीका अनुभव होता है । जिस ड्राप्सीमें सर्प या ततैयाके दंशने अथवा विषैली मछली सेवन करनेके समान सूजन चलता है, या जिसके कारण त्वचापर लाल पित्ती सरीखे चिन्ह हो जाते हैं, उसकी एक विशेष जाति है । व्हाइट-लेग ( White-leg ) जो कि मोती झरे ( Typhoid fever ), क्लोमपाक ( Pneumonia ) या प्रसव पीडा सरीखे तीव्र रोगोंके उपरान्त होता है, बहुधा पीडित स्थानकी किसी मुख्य शिरामें बाधा होनेपर होता है । इसीसे उसे स्थानीय ड्राप्सीका नाम दिया है । व्हाइट-लेगके समानही वह ड्राप्सी होती है जिसमें किसी मुख्य शिराका मार्ग किसी फोड़े आदिसे रुक जाता है । सिरोसिस ( Cirrhosis ), फोड़े ( Tumours ) या अन्य यकृत रोगोंके कारण रक्त सञ्चारमें बाधा होनेसे पहिले उदरकी ड्राप्सी अर्थात् जलोदरकी उत्पत्ति होती है तद् उपरान्त हाथ-पैरोंके अग्र भागमें जल उतरकर सूजन आता है ।

ड्राप्सीकी चिकित्सार्थ जो रोग उसकी उत्पत्तिक हेतु हो उनकी चिकित्सा करनी

चाहिये । किन्तु यदि कोई उन रोगोंका निदान करनेमें असमर्थ हो तो छाती, उदर और सूजे हुए स्थानोंपर कई, कई घण्टे दिनमें कई, कई बार ताप पहुंचाकर धड़ बन्धनोका प्रयोग करना चाहिये । परन्तु यदि सम्भव हो तो समस्त शरीरको ताप पहुंचानेका प्रयत्न करना चाहिये ।

डूँसीके रोगीके लिए यदि शरीरके किसी कोमल स्थानमें जल उतर आया हो और उसकी उत्पत्तिका वास्तविक कारण हृदय, वृक्क या यकृतका रोग ग्रस्त होना हो तो यथाशक्ति कई मासतक अर्थात् जबतक कि रोगी जोखिमसे बाहर न हो ले केवल अनारहीका आहार दिया जाय तो अच्छा है, अन्यथा अंगूर, गन्ना या अन्य रसीला फल देना चाहिये । किन्तु रोगीके जोखिमसे बाहर होनेपर धीरे, धीरे उसे अन्य फल या दूध देना चाहिये । आहारके परिवर्तनमें कभी भूलकरभी शीघ्रतासे काम न लेना चाहिये ।

जलोदरका एक रोगी सन् १९२० ई०में हमको अलीगढ़में मिला था । वह उस समय वहाँके गवर्नमेन्ट हास्पिटलमें अपनी चिकित्सा कराने आया हुआ था, उसकी आयु प्रायः तीस वर्षकी थी, उसके उदरसे दो बार जल निकाला जा चुका था किन्तु तीसरी बार फिर जल एकत्र हो रहा था; उसके हाथ पैरोंपर भी बहुत सूजन था; उसको उदरके तनाओके कारण श्वास लेनेमें भी बड़ी कठिनता होती थी, उसको अनेक वैद्योंने रेचक औषधियोंका सेवन कराया था, जिससे कुछ लाभ पहुंचनेकी अपेक्षा वह दिनोदिन निर्बल होता गया; उसकी क्षुधा प्रायः लुप्त हो चुकी थी; उसकी अन्न कभी नियमित रूपस कार्य नहीं करती थी; उसके मटकेके समान फूले हुए उदरपर नीली, नीली शिराओंका जाल बिछा हुआ प्रतीत होता था; उसके सूत्रका रङ्ग एक ओरसे गहरा पीला था; उसके नेत्र हलके पीले और भद्रमैले रङ्गके थे, उसकी जिह्वापर मल एकत्र था और मुखसे बहुत अप्रिय गन्ध निकलती थी । हमको वास्तवमें उस रोगीके बचनेकी बहुतही कम आशा थी । किन्तु उसकी स्त्री और पुत्रके आग्रहपर चिकित्सा आरम्भ की गयी । टबकी व्यवस्था न हो सकनेके कारण हमने वक्नों द्वारा उसकी छाती, उदर और हाथ-पैरोंपर प्रति दिन तीन बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचाने एवं धड़ बन्धनका प्रयोग करनेकी सम्मति दी; और प्रायः चार मासतक केवल अनारपर निर्वाह करनेको कहा । फल यह हुआ कि पहिले सप्ताहमेंही उसके हाथ-पैरोंके सूजनमें कमीका अनुभव हुआ । किन्तु उसकी गति बहुत मन्द होनेसे तीसरे सप्ताहके अन्ततक बड़ी कठिनतासे

उसके हाथ पैरोंका सूजन गया था, तीसरे सप्ताहके उपरान्त उसके उदरमेंभी कमी होने लगी और पाचवें सप्ताह तक उसका उदर पूर्ण रूपेण घट गया, समस्त नीली शिराएं लुप्त हो गयीं, उदरकी तनी हुई त्वचा कोमल पड़ गयी, जिह्वापर मल न रहा, मूत्रके रङ्गमें अन्तर हो चला, और नेत्रभी निर्मल होने लगे । किन्तु उदरके पटक जानेपर उसका पथरके समान यकृत निकल आया, जिसकी चिकित्सा में प्रायः डेढ़ वर्ष लगनेपर बड़ी कठिन्तासे रोग दूर हुआ था, और रोग जानेके उपरान्त बड़ी कठिन्ताईसे शरीरमें बल प्राप्त हुआ था ।

सन् १९२३ ई०के मध्यमें हम अपनी सुसराल गये हुए थे उसी समय एक गढ-रियेने अपनी पुत्रीके बालकको दिखाया । वह डेढ़ या दो वर्षीय बालक था, वह कई माससे जलोदरसे पीडित था, अनेक चिकित्सकोंकी चिकित्साकी परीक्षा हो चुकी थी, उस समय उसका उदर बहुत कुछ फूला हुआ था, किन्तु हाथ-पैरोंपर सूजन नहीं आया था । हमने रोगीको देखकर उसके नानासे कहा कि कमसे कम उसके आरोग्य होनेमें चार मास लगेंगे । अतः वह हमसे शोड़ी देरमें आनेको कहकर चला गया । परन्तु फिर उसने पन्द्रह दिनतक हमको अपना मुखभी न दिखाया । अनायास दो सप्ताहके उपरान्त रात्रिके समय उसका पुत्र हमारे श्वसुरकी कोठीपर अपने भाईके विवाहके निमित्त कड़ाई मागने आया, और उसी समय उसने हमसे अपने उसी भाजके विषयमें, जो जलोदरसे पीडित था, देखनेको कहा । परन्तु हमने स्पष्ट कह दिया कि अब हम न देखेंगे, क्योंकि उसके पिताने हमको बहुत धोखा दिया इत्यादि, इत्यादि । अतएव अपने यह समस्त वार्त्ता अपने पितासे जाकर कही और वह दूसरे दिन हमारे निकट आकर उसकी चिकित्सा करनेको आग्रह तथा अपने न आस करनेके अनेक बहाने करने लगा । परन्तु हमने उसके मिथ्या बहानोंपर उसको बहुत फटकारा तो उसने बड़ी कठिन्तासे यह स्वीकार किया कि किसी ब्राह्मणने उसे तीन, चार दिनमेंही आरोग्य कर देनेकी बात कही थी, इसीसे वह नहीं आया । अतः हमने उसके अपराध स्वीकार करनेपर पुनः उस बालकको जाकर देखा । उस समय उसमें चैतन्यताका नामभी न था, इसीसे बड़ी कठिन्तासे उसे बैठा किया था, उसका उदर फूलकर घड़ेके समान हो रहा था, जिससे श्वास लेनाभी कठिन प्रतीत होता था, उसके हाथ पैरोंपरभी बहुत सूजन आगया था । समस्त उदरमें नीली, नीली नसें प्रतीत होती थीं, उसको विष्टा गहरे

पीले रङ्गका, दुर्गन्धमय और प्रायः तरल होता था, क्योंकि उसे निरन्तर अजीर्ण रहता था; सूत्रका रङ्गभी गहरा पीला था; और प्रायः उसे ज्वर हो जाया करता था । हमें उसकी यह दशा और उसके नानाकी इस प्रकार उपेक्षा देखकर आशा नहीं थी कि उसके प्राण बचेंगे । किन्तु उसकी माताके आग्रहपर चिकित्सा आरम्भ की गयी; और उस समय हमने यह कह दिया कि यदि एक सप्ताहमें उसको कुछभी किसी प्रकारका लाभ होगा तो वह बच जावेगा अन्यथा उसके उपरान्त चिकित्सा करना व्यर्थ होगा । उसके लिए हमने दिनमें तीन बार उदर छाती और हाथ-पैरोंपर ताप पहुंचाने एवं उदर बन्धका प्रयोग करानेकी सम्मति दी थी । चिकित्सा आरम्भ होनेके उपरान्त एकही सप्ताहमें उसके हाथ-पैरोंके सूजनमें कमी प्रतीत हुई, और हमारा साहस बढ़ गया; दो सप्ताहके उपरान्त उसके हाथ-पैरोंका समस्त सूजन जाता रहा, सूत्रका रङ्ग फीका होने लगा, और वह धीरे, धीरे कुछ रेंगनेभी लगा; तीसरे सप्ताहके उपरान्त उसका उदर पटकना आरम्भ हुआ, और चौथे सप्ताहके अन्ततक उसका समस्त उदर पटक गया, नीली नसें लुप्त हो गयीं, वह खड़ा होने लगा और सारे घरमें घुटनों फिरने लगा और उधर कृषिका समय आजानेसे उसकी चिकित्सामें उपेक्षा होने लगी । जहां हमको दिनमें दो बार उसे दिखाया जाता था कहां वई सप्ताह पीछे दिखाया जाने लगा । इसके अतिरिक्त रसीले फलोंके लानेकी चेष्टा नहीं की जाती थी और उसकी माताको गर्भवती होनेसे दूध नहीं उतरता था । इस लिए उसको हमारी आज्ञाके विपरीत पशुओंका दूध दिया जाने लगा, जिससे उसके रोगको चिकित्सा होते हुएभी सहायता मिलती रहती थी । अपरन्तु उसका यकृत रोग उस समयतक नहीं गया था; और वही जलोदरका मुख्य कारण था । हम केवल उसकी चिकित्सार्थ इस लिए एक मास ठहरे थे कि बालकके प्राण बच जायं तो अच्छा है । परन्तु उसके नाना, मामाकी चिकित्सामें उपेक्षा देखकर हम वहांसे चल दिये । हमारी उपस्थितिमें उसके रोगमें कोई वृद्धि नहीं होने पायी थी । क्योंकि हम यदा कदा उसके नानाको फटकारते रहते थे । किन्तु हमारे चलनेके उपरान्त उसके रोगकी बहुतही भयङ्कर दशा हुई और वह असहाय बालक केवल अपने नाना, मामा आदिकी उपेक्षासे मृत्युको प्राप्त हुआ, जिससे हमको बहुत दुःख हुआ । क्योंकि हमारे समस्त परिश्रमपर जल पड़ गया, और बना, बनाया खेलाविगड़ गया ।

## पित्ताशयिक रोग Gall-bladder and ducts, diseases of.

हमारे शरीरमें जैसे यकृत, फुफ्फुस और हृदय आदि मुख्य अवयव हैं उसी प्रकार पित्ताशयभी एक विशेष अङ्ग है। पित्ताशयका धर्म है कि वह यकृतके और अमाशयके त्यागे हुए विकृत पदार्थोंको अन्त्र द्वारा शरीरसे बाहर करदे। इसके अतिरिक्त पित्ताशयसे त्यागा हुआ पित्त आमाशयसे अन्त्रमें पहुँचे हुए पदार्थोंसे अन्त्रको पोषक पदार्थ ग्रहण करनेमें सहायक होता है, और अन्त्रमें पदार्थके अधिक सड़ने तथा तीव्र दूषित गन्धकी उत्पत्तिको रोकता है। अपरस्व शरीरमें हमारे नित्यके काम-काज करने या आहारके दोषोंसे उत्पन्न होनेवाले विषोंकाभी पित्त द्वारा नाश होता रहता है। किन्तु जब पित्ताशय या पित्तकी नालीमें कोई दोष होनेसे पित्त प्रवाह रुक जाता है तो उसके विकृत पदार्थ अन्त्रमें जाकर शरीरसे त्यागे जानेके स्थानमें हमारे रक्तमें सम्मिलित हो समस्त शरीरको दूषित और रोगी करते हैं, जिससे अनेक रोगोंकी उत्पत्ति होती है, प्रत्युत पाण्डू (Jaundice) तो विशेषकर पित्ताशय या पित्त नालीमें दोष होनेसेही होता है। इसके अतिरिक्त अन्त्र विना पित्तके प्राप्त हुए आमाशयसे त्यागे हुए पदार्थोंमेंसे पोषक पदार्थोंको ग्रहण करनेमें असमर्थ होती है, और पित्तकी अनुपस्थितिमें अन्त्रमें पहुँचे हुए पदार्थोंमें अधिक सड़न और दूषित गन्ध उत्पन्न हो जाती है। अपरस्व पित्तके अन्त्रमें न पहुँचनेसे उसका वह भाग जो दूषित कीटा और विषोंका नाश करता है शरीरमें न पहुँच सकनेके कारण अनेक विषोंकी उत्पत्ति होनेपर हमारे गात्रमें अनेक रोगोंका जन्म होजाता है।

हमारे कुपथ्य वश तथा अप्राकृतिक साधनों द्वारा हमारे पित्ताशय एवं पित्त नालीमें अनेक व्याधि उत्पन्न हो जाती हैं; और हमारा शरीर दिनोदिन अधोगतिको प्राप्त होता जाता है। पित्ताशय या पित्त नालीके विकारमय होने पर कभी, कभी कुछही दिनमें हमारा यकृत, फुफ्फुस हृदय, आमाशय और वृक्कादि प्रत्युत समस्त शरीर दूषित और रोग मन्दिर हो जाता है।

पित्ताशयिक रोगोंकी वही चिकित्सा और पथ्य होना चाहिये जो यकृत रोगोंका हो सकता है।

## पित्तनालीमें श्लेष्म पीडा Catarrh of the Gall-ducts.

शरीरके अन्य अवयवोंकी कोमल झिल्लीमें जिस प्रकार दाहसे श्लेष्म पीडाकी उत्पत्ति हो जाती है उसी प्रकार पित्तनालीमेंभी भारी एवं गरिष्ठ भोजन

नौके सेवनसे आमाशयिक विकार होने, या शीत लगनेपर दाहकी उत्पत्तिसे श्लेष्म व्याधि हो जाती है । इस श्लेष्म पीड़ाकी उत्पत्ति या तो स्वयं पित्त नालीमें या पित्त नालीके मुखके निकट छोटी अन्त्रमें होती है; और धीरे, धीरे समस्त अन्त्रमें फैलकर प्रायः अतिसार और तीव्र रोगका हेतु होती है । किन्तु यकृतकी सूक्ष्म पित्त नालियोंमें श्लेष्म पीड़ा होनेपर वह प्रायः मन्द व्याधि होती है, और नीचेकी ओर बढ़ती है, और उसीके साथ, साथ पीड़ामें भी वृद्धि होती जाती है । यकृतकी पित्त नालीमें श्लेष्म पीड़ा होनेका कारण अधिक भोजन करना, आवश्यक व्यायामसे वञ्चित रहना, या आलस्यमें पड़े रहना, अथवा घन्टों पर्यन्त किसी एक स्थानपर बैठे रहना है । अतः यह पीड़ा अधिकांश उन्हीं धनिकोंको होती है जो विना परिश्रम किये अनेक गरिष्ठ पदार्थ सेवन करते हैं, अर्थात् हरामकी रोटिया तोड़ते हैं, रात, दिन गद्दे तकियोंपर अजगरके समान लोट लगाते रहते हैं, और यदि बहुत परिश्रम किया तो लिफ्ट ( Lift ) द्वारा घरसे उतरकर मोटरमें बैठ कुछ दूर घूम आये । स्त्रियोंमें यह रोग बहुधा पुख्वासे चार गुणा अधिक होता है । क्योंकि उनका जीवन पुख्वाकी अपेक्षा अधिक शिथिल होता है । उन्माद रोगसे पीडित रोगियोंको यह रोग बहुतही कम होता है । क्योंकि वह उन्मादकी धुनमें कुछ न कुछ परिश्रम करते रहते हैं । यकृतसे अधिक पित्त प्रवाह होनेपर उदरसे कसी हुई पेटी आदि बाधनेके कारण पित्त प्रवाहमें बाधा उपस्थित होनेपरभी इस रोगकी उत्पत्ति हो जाती है । पित्त नालीमें किसी प्रकार रुकावट होनेपर पित्ताशय या पित्त नालीके छोटे, छोटे कणोंमें पित्तमें उपस्थित रहनेवाले क्षार और चातुओंके एकत्र होनेपर बालूके कण, और तन्तुमय श्लेष्मके एकत्र होनेपर उनकी उत्तेजना द्वारा श्लेष्म पीड़ामें दिनोदिन वृद्धि होती जाती है । अन्ततः बालूके छोटे, छोटे कण धीरे, धीरे नन्हे, नन्हे पत्थरोंकी आकृति धारण करते हुए पित्त नाली और पित्ताशयमें एकत्र हो जाते हैं, और रासायनिक परिवर्तनों द्वारा पित्ताशय या पित्तनालीका श्लेष्म भी कोलेस्टेरिन ( Cholesterol ) अर्थात् कच्ची आकृतिके पदार्थोंको टुकड़कर उनके ऊपर तहके रूपमें एकत्र हो धीरे, धीरे बहुत मोटी तट्टा हो जाता है, जिससे अन्तमें पित्ताशयमें पथरी ( Gall-stones ) उत्पन्न हो जाती है ।

पित्ताशय या पित्त नालीमें श्लेष्म पीड़ा होनेपर उसकी निम्निमाने अभावधानीसे काम न लेता चाहिये । क्योंकि जगत्क जेष्ठ श्लेष्म पीड़ा होती है तबतक उसकी

चिकित्सा सुगमता पूर्वक हो जाती है, किन्तु अधिक समयतक उससे पीड़ित रहने-पर अन्य भयङ्कर रोगोंके उत्पन्न होनेसे बड़ी कठिनाईका सामना करना पड़ता है ।

इस रोगकी चिकित्सार्थ टब या बन्नी द्वारा छाती और उदर या केवल उदरपर प्रति दिन दो या तीन बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचाना और घड या उदर बन्धन प्रयोग करने चाहिये, या बन्धनोका प्रयोग करके केवल तापही पहुंचाना चाहिये । परन्तु इसके लिए रोगकी अवस्थानुसार अपने अनुभव या अपने चिकित्सककी आज्ञानुसार कार्य करना चाहिये । किन्तु यदि किसीको स्वयं इस रोगका अनुभव न हो और उस स्थानपर हमारी चिकित्सा विधिके अनुसार चिकित्सा करनेवाला कोई डाक्टरभी न हो तो आमाशयकी श्लेष्म पीडामेंही नहीं प्रत्युत संसारके समस्त रोगोंकी चिकित्सामे यह ध्यान रखना चाहिये कि जितना रोग तीव्र हो उतनेही अधिक कालतक ताप पहुंचानेकी आवश्यकता है, और जितना रोग मन्द हो उतनाही कम ताप यथेष्ट हो सकता है । किन्तु यदि मन्द रोगोंमेंभी अधिक समयतक ताप या बन्धनोका प्रयोग किया जाय तो उससे लाभही है । परन्तु तीव्र रोगोंमें अधिक कालतक और कई, कई बार ताप न पहुंचानेसे रोगपर विजय प्राप्त नहीं हो सकती ।

इस रोगसे पीड़ित रोगीका आहार बहुतही सूक्ष्म रसीले, सुपाच्य और अनुत्तेजक फलोंका होना चाहिये । क्योंकि भारी, गरिष्ठ या उत्तेजक फलोंसे पित्त नाली या अन्त्रादिमें दाह होकर घाव होनेपर श्लेष्म पीडामें वृद्धि हो जाती है । इसीसे हमारी सम्मतिमें सर्वोत्तम आहार अनारही है और उसके उपरान्त अन्य रसीले फल हैं ।

पित्त नालीकी श्लेष्म पीडासे पीड़ित एक रोगी सन् १९१८ ई० में हमको दिल्लीमें मिला था । उसकी आयु प्रायः चालीस वर्षकी थी, वह एक बड़े सेठका मुनीब था, और उसको प्रातःसे लेकर रात्रिके बारह बजेतक गद्दीपर बैठकर कार्य करना पड़ता था, केवल दिनके दस बजेके समय स्नान और भोजन करनेके हेतु वह एक घण्टेको गद्दीसे उठा करता था, और दो, एक सप्ताह पीछे बड़ी कठिनतासे समय निकाल कर वह एक निकटवर्ती देवालयमें प्रतिमाके दर्शनार्थ जाया करता था, उसका समस्त गात्र फूल गया था, उसको प्रायः तीसो दिन अजीर्ण रहा करता था, और इसपरभी वह दोनों समय गरिष्ठ भोजन सेवन करता था, उसके सेवन करनेके शाक, भाजिया मिर्चोंसे लाल और खट्टाई एवं मसालोंसे परिपूर्ण रहती थीं, जिससे भोजन करनेके उपरान्त प्रायः उदरमें दाह होने लगती थी, कभी,



कभी अधिक गरिष्ठ या तीक्ष्ण पदार्थ सेवन करनेसे उसको अतिसारकी पीड़ा हो जाती थी, परन्तु इसपरभी वह प्रायः नित्य सोंठके वताशे आदि सेवन किया करता था, बहुधा उसकी दाहिनी ओरकी पस्लियोंके नीचे, अर्थात् यकृत और पित्ताशयके सिरेपर स्पर्श करनेसे पीड़ाका अनुभव होता था, उसकी त्वचा पीत वर्णकी प्रतीत होती थी, और उसके नेत्रोंके देखनेसे पाण्डु रोगका अनुभव होता था; कभी, कभी उसे शिर पीड़ा और पित्तकी वमनके दौरे हो जाया करते थे । यकृतकाभी प्रायः विकल कर देनेवाली अवस्था हो जाती थी; और पित्ताशयकी पथरीके कारण कभी, कभी रुक, रुककर बहुत दुःख देनेवाली पीड़ा हुआ करती थी । हमने उसकी चिकित्सा आरम्भ करनेसे पूर्व उसे टेनिस खेलने या प्रातः और सायंक समय यथा शक्ति पवित्र स्थानोंमें टहलने और दिल्ली छोड़कर किसी ग्रामके निकट शुद्ध स्थानमें निवास करनेकी सम्मति दी थी । अतः वह दिल्लीके निकटवर्ती एक ग्राममें चला गया । तद् उपरान्त हमने उसको दिनमें तीन बार दो, दो घण्टे छाती और उदरपर ताप पहुंचाने और कमसे कम समस्त रात्रि धड़ वन्धनका प्रयोग रखने एवं अनार, अंगूर, गन्ना, काशमीरी नाशपाती, मीठा नावू और सगतरा आदि सेवन करनेकी अनुमति दी । अतः पहिले सप्ताहमेंही उसको बहुत लाभ प्रतीत हुआ, क्योंकि उसके नेत्रोंके रङ्गमें अन्तर हो गया, अजीर्णम् न्यूनताका अनुभव हुआ और तापका करना उसमें बहुत सुखकर जान पड़ता था, जिससे वह ताप करते, करते निद्रा ग्रस्त हो जाता था; दूसरे सप्ताहके उपरान्त श्लेष्म व्याधिके कारण यकृतमें होनेवाली पीड़ाका सदाको अन्त हो गया, और शिर पीड़ा और वमनभी फिर कभी नहीं हुई, तीसरे सप्ताहमें उसे शरीरके फूले हुए होने और कभी, कभी पित्ताशयमें उपस्थित पथरीके कारण पीड़ा हो जाती थी, किन्तु ताप पहुंचातेही पथरियोंके इधर, उधर होनेपर पीड़ा लुप्त हो जाती थी, चौथे सप्ताहके उपरान्त उसके पित्ताशयमें पथरीके कारण पीड़ा होनेके अगले दिन हमने एक मलमलक वत्तम् उसके विष्टेको छनवाकर परीक्षा की तो मसूरकी दालके आकारकी तीन पथरिया निकलीं, और उसके उपरान्त प्रत्येक सप्ताहमें दो, तीन पथरी निकलती थीं, और उसका वेडौल गरीर घटकर उचित आकृतिका होता जाता था । किन्तु उस समयके अनुभवसे हमको यह ज्ञात हो गया कि जबतक कमसे कम नित्य निरन्तर आठ, दस घण्टे ताप न पहुंचाया जावेगा तबतक शीघ्र पथरीकी पीड़ासे रोगी मुक्त न होगा । अतः हमने

उसको नित्य दस घण्टेतक ताप लेनेको कहा । किन्तु उसने इसे एक झमेला समझा । क्योंकि उसका विश्वास था कि जैसे श्लेष्म पीड़ा और अजीर्णादि जाते रहे वैसेही शनैः, शनैः पथरीभी दूर हो जायगी । किन्तु हमारे बहुत कुछ कहनेपर उसने प्रत्येक रविवारको वारह, तेरह घण्टे ताप लेना आरम्भ करदिया, जिससे उसे असाधारण लाभ हुआ । किन्तु इसपरमी उसे पथरीसे मुक्त होने और फूले हुए शरीरके कम होनेमें एक वर्ष तो लगहीं गया ।

### पित्ताशयमें पकाओ Suppuration of the gall-bladder.

**पि**त्ताशयमें पकाओ होना या पीप ( मवाद ) की उत्पत्ति बहुतही कम होती है । किन्तु जब कभी मन्द श्लेष्म पीड़ा, मोती श्रे आदि सक्रामक ज्वरो या पित्त-पथरीकी उत्तेजना द्वारा पित्ताशयमें पकाओ होना आरम्भ हो जाता है तो रोगकी बहुतही भयानक दशा होती है, और यदि शीघ्र उसके दूर होनेका उपाय न किया जाय तो प्राण सकटमें आजाते हैं । इस व्याधिके कारण श्लेष्म पीड़ाके साथ, साथ शरीरका कम्प, तीव्र ज्वर, और प्रायः मूर्च्छा हो जाती है ।

इस रोगकी चिकित्सार्थ यकृतके ऊपर इतने बड़े बल्बों द्वारा, जो यकृतको ढककर चारों ओर दो, दो इंच अधिक बड़े हो, यकृतके स्थानपर निरन्तर उस समयतक ताप पहुंचाना चाहिये जबतक कि रोगी पूर्णत पीड़ासे मुक्त होकर जोखिमसे शून्य न हो जाय । किन्तु इससेभी अच्छा यह है कि यकृतके साथ समस्त उदरको ताप पहुंचाया जाय, जिससे पित्ताशयसे पीप ( मवाद ) का प्रवाह होनेपर वह अन्त्रमें घाव या पकाओ न करे, प्रत्युत उचित तो यही है कि उदरके साथ छातीपरभी ताप पहुंचाया जाय, जिससे शरीरके ऊपरके भागमें पहुंचे हुए दोषोंकाभी इति हो जावे ।

इस रोगकी दशामें जबतक क्षुधाका ज्ञान न हो कुछ सेवन करनेको न दिया जाय, किन्तु क्षुधा प्रतीत होनेपर कमसे कम दो सप्ताह अर्थात् रोगसे मुक्त होनेके समयतक केवल अनार या अन्य सूक्ष्म फल अथवा नारोग गौऊका धारोष्ण दूध देना चाहिये ।

पित्ताशयमें पकाओ होनेका एक रोगी सन् १९१८ ई० में हमको जिले बुलन्दशहरके एक ग्राममें मिला था । उसकी आयु प्राय पच्चीस वर्षकी थी, उसको श्लेष्मज्वरके उपरान्त यह रोग हुआ था, जिस समय वह हमारी चिकित्सामें आया वह मूर्च्छा-

वस्थामें था । अतः हमने निरन्तर उसकी छाती और उदरपर बहत्तर घन्टे ताप करवाया, जिससे पीप और विकृत पदार्थोंका विष्टेके साथ प्रवाह होना आरम्भ हो गया । इसके उपरान्त हमने चौबीस घन्टेमें दो, दो घन्टे करके चार बार ताप और उसके उपरान्त एक सप्ताह तक धड़ बन्धनोका प्रयोग करवाया, जिससे उसके पित्ताशयकी समस्त पीप ( मवाद ) निचड गयी । अतः हमने दूसरे सप्ताहमें घाव भरनेके लिए प्रति दिन दो बार दो, दो घन्टे ताप पहुंचाने और उसके उपरान्त उदर बन्धन प्रयोग करनेकी सम्मति दी, जिससे तीन सप्ताहमें वह पूर्ण आरोग्य हो गया । उसको आहारके निमित्त चिकित्साके अन्त काल तक गन्ने और गौळका धारोष्ण दूध दिया गया था ।

### पित्त-पथरी Gall-stones

**पित्त-पथरीकी** उत्पत्तिका कारण और उसके लक्षण हम पहिलेही श्लेष्म पीड़ाके साथ कह चुके हैं । किन्तु कुछ विशेष बातोंका कथन करना आवश्यक है । अतः निम्न बातोंपर ध्यान देना चाहिये:-

प्रायः कई, कई वर्ष तक पित्ताशयमे पथरीके उपस्थित रहनेपरभी कोई पीड़ा नहीं होती, परन्तु नियमानुसार उसके होनेपर निम्नके तीन लक्षणोंमेंसे कोई एक प्रतीत होता है ।

१-पित्ताशयमें पथरीके उपस्थित होनेसे इतनी अधिक उत्तेजना हो सकती है कि उसके कारण दाहकी उत्पत्ति होनेपर पित्ताशयमें प्रत्यक्ष रूपसे वेदना युक्त पीड़ा प्रतीत होने लगती है, और जब कभी अन्त्रसे बैक्टेरिया ( Bacteria ) जीवको पित्ताशय तक पहुंचनेका मार्ग मिल जाता है तो शरीरका अत्यधिक ताप होनेसे शरीर कम्प, श्वेदका अधिक प्रवाह और प्रायः पित्ताशयमे पकाओ पडने लगता है ।

२-बहुधा पित्त-पथरीके उपस्थित होनेका तभी ज्ञान होता है जबकि पित्ताशयसे पित्तके साथ उसके कण विष्टेमें अन्त्र द्वारा शरीरसे बाहर आते हैं । यदि पथरीके कण बहुत छोटे होते हैं तो वह हमको बिना कोई कष्ट दिये अन्त्रमे पहुंच जाते हैं, और अन्त्रभी सुगमता पूर्वक बिना हमको किसी पीड़ाका ज्ञान दिये उनको त्याग देती है । किन्तु किसी, किसी समय भोजनके उपरान्त अवश्य उदरके ऊपरी भागमें कष्ट प्रतीत होता है । परन्तु यदि पथरी दीर्घाकार होती है और विशेषतः कोणाकृति ( Angular ) होनेपर वह पित्त-नालीमें धुसकर उसका वेधन करके

अति वेदना युक्त उस पीडाका हेतु होती है, जो कि दाहिनी ओर की पस्लियों के नीचे सिरेपर प्रतीत होती है, और कभी, कभी दाहिने कन्धे की ओर बढ़ती हुई जान पड़ती है। उसकी पीडा बड़ी शीघ्रतासे अति भयङ्कर रूप धारण कर लेती है, और साथ ही साथ शीत, वेद और वमनका अनुभव होने लगता है। यह पीडा बहुधा कुछ घण्टेतक रहती है, किन्तु जब कभी पथरी अन्तर्गते चली जाती है या पित्ताशयमें पुन लौट जाती है तो प्रायः एकैक रुक आती है, और अगले दिन कुछ पाण्डूका अनुभव होता है जो कि बहुधा एक या दो सप्ताह तक रहता है। यदि यह परीक्षा करनी हो कि क्या रोगी की पीडाका वास्तविक कारण पथरीका अटकना या, तो रोगी के विष्टेको मलमलमे छानकर पथरी के कणोंको देखना चाहिये।

३-किसी, किसी समय पथरी पित्त नालीमें ऐसी अटक जाती है कि न वह नीचे जाती है और न ऊपर आती है। ऐसी दशामे पीडाका रूप इस लिए बहुत ही मन्द और निरन्तर रूपसे होता है कि मास पेशियों के ज्ञान तन्तु अधिक परिश्रम के कारण बहुत थक जाते हैं। किन्तु पाण्डूमें धीरे, धीरे वृद्धि और त्वचा गहरे पीले रङ्गकी हो जाती है। इसके अतिरिक्त रोगी के शरीरका बोझ एवं शक्ति घटने लगती है, और प्रायः ड्रूपसी के उत्पन्न हो जानेपर यह निदान करना कठिन हो जाता है कि रोगका मूल कारण पथरी है अथवा केन्सर। अपरञ्च इस पीडासे भी कभी, कभी आमाशयमें पकाओ पड़ जाता है।

पित्त-पथरीकी पीडाकी चिकित्साके विषयमें हम श्लेष्म पीडाके साथ यथेष्ट कथन कर चुके हैं। परन्तु हम इतना कह देना आवश्यक समझते हैं कि यदि रोग भयङ्कर तीव्र दशामे हो और पीडीसे रोगी विकल हो तो अधिक समय तक निरन्तर ताप पहुंचाना चाहिये, किन्तु यदि मन्द पीडा हो तो नियत समयपर निश्चित काल तक नित्य ताप पहुंचाना चाहिये, और बहुत धैर्य के साथ चिकित्सा करनी चाहिये। क्योंकि शरीरसे पथरीका त्यागन बहुत कालमें हो पाता है।

### बहु-मूत्र Diabetes.

बहु मूत्र का रोग दो प्रकारका होता है। एक तो वह जिसमें मूत्रकी मात्रामें ही असाधारण वृद्धि नहीं होती है, प्रत्युत उसमें शर्करा की अनावश्यक मात्रा सम्मिलित होती है, दूसरी वह जिसमें केवल मूत्र वृद्धि हो जाती है, और किसी अन्य पदार्थकी अनावश्यक मात्रा नहीं होती।

पहिली जातिके रोगकी उत्पत्तिके विषयमे अनेक विद्वानोंके अनेक मत हैं । परन्तु हमारी सम्मतिमें यकृत और पेनक्रियाज ( Pancreas ) में दोष होनेसे भोजनोमें उपास्थित रहनेवाले मिष्ठ पदार्थों ( शकर ) के रक्तमें लय न होनेके कारण बहु-मूत्र रोगकी उत्पत्ति होती है । इसके अतिरिक्त अधिक शकर मय, मीठे और स्टार्च ( Starch ) के पदार्थोंके सेवनसे उनके रक्तमें लय न हो सकने, या बहु-मूत्रके अतिरिक्त अन्य कई रोगोंमेंभी प्रायः शकरकी कुछ मात्रा मूत्रके साथ आया करती है । जिस प्रकार पाचन क्रियाकी सामर्थ्यसे अधिक आहार करनेपर वह शरीरमें लय होनेके स्थानमें अजीर्णके उत्पन्न होनेपर अन्त्र द्वारा विष्टेके रूपमें कच्चाही निकल जाता है उसी प्रकार मीठे पदार्थोंकी अनावश्यक मात्रा सेवन करनेसे वह शरीरमें लय होनेके स्थानमें श्वेद, मूत्र और अश्रुओं आदि द्वारा गात्रसे बाहर निकल जाते हैं । इसके अतिरिक्त आमाशयादिमें विकार होनेपर जैसे संग्रहणीकी दशामे आहारकी अल्प मात्राभी पाचनमें आकर शरीरमें लय नहीं होती वैसेही पेनक्रियाज और यकृतमें विकार होनेपर मीठे पदार्थ रक्तमें लय नहीं होते ।

पहिली जातिके बहु-मूत्र रोग ( Diabetes Mellitus ) की उत्पत्ति इतने धीरे, धीरे होती है कि चिरकालतक पीड़ाका कष्ट भोगनेके उपरान्त रोगीको चिन्तित्स सम्बन्धी सम्मति लेनेका ध्यान होता है । इस रोगके आदि लक्षण यह हैं कि रोगी निर्बल और थका हुआ होता जाता है, उसकी प्यासमें वृद्धि हो जाती है, और अधिक मात्रामें अनेक बार मूत्र त्यागनेको बाध्य होना पड़ता है । कभी, कभी मूत्रका परिमाण पांच, दस और पन्द्रह गुणातक वृद्धि कर जाता है । रोगीका मूत्र बहुधा पीत वर्ण, आरोग्य मनुष्यके मूत्रकी अपेक्षा परिमाणतः भारी, और स्वादमें मधुर होता है, जिससे प्रायः मूत्र-नालीमें उत्तेजनाके कारण दाह होने लगती है । प्यासकी अत्यधिकताका होना बहुतही भ्रान्तक लक्षण है क्योंकि उसको दमन करनेमें रोगीके शरीरके अत्यधिक तरल पदार्थोंका व्यय होता है । अपरञ्च प्रायः रोगीको असन्तुष्ट रक्खनेवाली क्षुधाका ज्ञान होनाभी बहुत बुरा लक्षण है । रोगीका मुख सदा शुष्क रहा करता है और रक्तसे वायुके साथ फुफ्फुस द्वारा एसेटोन ( Acetone ) और डायसेटिक एसिड ( Diacetic acid ) के निकलनेपर श्वासमें मधुर गन्धका अनुभव होता है । रोगीके अधिक निर्बल हो जानेपर उसके शरीरका ताप कम रहने और दांत क्षीण होने लगते हैं, और अजीर्ण आदि

( Dyspepsia ) या कोष्ठ-वद्ध ( Constipation ) दुःख दिया करता है ।

बहु-मूत्र रोगमें शक्करकी वृद्धि हो जानेपर खेदमें मधुर पदार्थ उपस्थित रहनेके कारण त्वचापर अनेक स्थानोंमें छजन ( Eczema ) और खुजली हो जाती है, और अनेक स्थानोंपर फोड़े फूटनेसे इस रोगका ज्ञान होता है । इसके अतिरिक्त मूत्रमें शक्करकी अधिकताके कारण जननेन्द्रिय और उसके निकटवर्ती स्थानोंमें असह्य खुजली प्रतीत होती है, और शरीरकी त्वचा शुष्क, खुर्दरी और कागजके समान विशेष आकृतिकी हो जाती है ।

यह रोग वृद्धावस्थामें बहुतही मन्द गतिसे वृद्धिको प्राप्त होता है । किन्तु युवकोंमें इसकी वृद्धिकी गति बहुतही तीव्र होती है । इस रोगके साथ, साथ अनेक अन्य रोगोंकी उत्पत्ति हो जाती है । अतः प्रायः बहु-मूत्रके रोगीके नेत्रोंमें जाला ( Cataract ) पड़ जाता है, शरीरका कोई अङ्ग या समस्त गात्रमें शिथिलता ( Paralysis ) का रोग हो जाता है, नाडियोंके शिथिल होने ( Neuritis ) के लक्षण प्रगट होते हैं, वृक्क रोगकी उत्पत्ति हो जाती है, छातीमें दाह होने लगती है, और विशेषतः क्षयी ( Pulmonary consumption ) रोगकी उत्पत्ति हो जाती है, जो कि बहु-मूत्र रोगकी दशामें बहुतही भयङ्कर लक्षण है । कभी अनायास शक्तियोंका इति हो जानेपर रोगीकी मृत्यु हो जाती है, या शरीरमें इस रोगके कारण विकृत पदार्थों- ( Oxybutyric acid etc. ) के एकत्र हो जानेपर किसी विशेष रीतिसे रोगी मूर्च्छित हो जाता है, उसके स्वांसरी गति मन्द हो जाती है, और वह कुछ घण्टे या दिवसमें मृत्युको प्राप्त हो जाता है ।

अनेक रोगी वर्षों पर्यन्त बहु-मूत्र रोगसे पीड़ित रहनेपर शारीरिक दुर्दशाको प्राप्त नहीं होते, और प्रायः परन्तु बहुत कम, उदाहरण ऐसेभी मिलते हैं कि इस रोगका स्वमेव अन्त हो जाता है । किन्तु उसका वास्तविक कारण आहारकी अनुकूलता और पवित्र स्थानोंका निवास आदि है, जिससे प्रकृतिका पेनक्रियाज और यकृतके दोष दूर करके उनसे नियमित रूपसे अपना कर्तव्य पालन करानेमें सहायता मिलती है । यह रोग विशेषतः युवावस्थामें या जबकि छाती तथा अन्य अवयवोंके रोगोंके साथ होता है और मुख्यतः जबकि मूत्रादिसे अधिक शक्करका त्यागन आहारमें परिवर्तन करनेपरभी कम न हो तथा रोगीके शरीरमें मास और शक्तिया शीघ्रतासे न्यून होने लगें, बहुत भयङ्कर होता है ।

प्रायः वाष्प द्वारा उडानेपर बहु मूत्रके रोगीके मूत्रसे शकरके कण प्राप्त किये जा सकते हैं । इसके अतिरिक्त अन्य उपायों द्वाराभी मूत्रमे शकरका ज्ञान किया जा सकता है ।

दूसरे प्रकारकी बहु-मूत्र पीड़ा ( Diabetes insipidus ) में यद्यपि मूत्रका त्यागन आरोग्य मनुष्यकी अपेक्षा परिमाणतः अधिक और कई बार होता है, परन्तु उसमें किसी पदार्थकी अनुचित मात्रा सम्मिलित नहीं होती; उसकी गति बहुत मन्द होती है, और उसकी मृत्युकी सम्भावना बहुतही कम होती है । किन्तु उससेभी शरीर दिनोदिन क्षीण होता रहता है, और हमको वही हानि हो सकती है जो पहिली जातिकी बहु-मूत्र पीड़ा ( Diabetes mellitus ) से होती है, और उसके द्वारा शरीरके निर्बल हो जानेपर कभी, कभी भयङ्कर परिणामभी हो जाते हैं । उसकी उत्पत्तिका कारणभी वही है जो पहिली जातिकी बहु-मूत्र पीड़ाका है ।

बहु-मूत्र पीड़ाकी चिकित्सार्थ प्रति दिन कमसे कम दो बार दो, दो घन्टे छाती, उदर और पीठपर ताप पहुंचाना चाहिये और हो सके तो उसके उपरान्त उदर, या घड़ बन्धनोंका प्रयोग करना चाहिये । किन्तु सबसे आवश्यक यह है कि रोगीको सूक्ष्माति सूक्ष्म रसीले, सुपाच्य और अनुत्तेजक फल सेवन करने चाहियें, उत्तेजक अधिक मीठे और भारी फल हितकी अपेक्षा अहितही करते हैं । हमारी सम्मतिमें एक बहु-मूत्रही ऐसा रोग है, जिसमें बेदाने अनारके अतिरिक्त अन्य समस्त फल प्रतिकूल बैठते हैं । क्योंकि अन्य फलोंका रस अनारसे भारी होता है, और उनमें शकरभी अधिक होती है । विशेषतः गन्ना इस रोगमें बहुत हानिप्रद होता है । यदि अनार उपलब्ध न हो तो रोगीके लिए वह फल जिनमे कम मिठास हो देने चाहियें, या घिया ( कद्दू ), तोरी, टिन्डे, चचेडे, टोमेटो आदि शाक वाष्प द्वारा उवाककर देने चाहियें ।

बहु-मूत्रका एक रोगी सन् १९१७ ई० में हमको लाहौरमें मिला था । उसकी आयु प्रायः पचास वर्षकी थी; उसको नौ वर्षसे बहु-मूत्रकी पीड़ा और तेरह वर्षसे अर्श रोग था, विष्टेका त्यागन करते समय उसकी काष्ठ बाहर निकल आती थी; वह दिनमे तीन बार शौचको जाता था; और प्रत्येक बार कमसे कम एक घन्टा लगता था । इस परभी उसकी अन्न भारी रहती थी । अतः जिस दिन वह

भले प्रकार इच्छानुकूल शौचसे निवृत्ति प्राप्त कर लेता था उस दिन उसकी प्रसन्नताकी कोई सीमा न रहती थी । उसके विष्टेका परिमाण साधारणतः अधिक होता था और उसमें तीक्ष्ण दुर्गन्धभी प्रतीत होती थी । इसके अतिरिक्त उसको कभी लेडी बन्धकर विष्टा न होता था, और उसकी गुदा द्वारा अपवित्र वायु ( गैसो ) का त्यागन हुआ करता था । मीठे और रसीले पदार्थोंके सेवनसे उसके मूत्रमें वृद्धि हो जाती थी । उसको प्रायः पीत वर्णका मूत्र हुआ करता था । उसके गुप्त स्थानमें बहुधा उत्तेजना होनेसे मूत्र नालीमें दाह हुआ करती थी । उसके शरीरमें कई वर्षसे कई स्थानपर छाजन प्रतीत होती थी, जिससे उसकी त्वचाकी आकृति बहुतही भद्दी जान पड़ती थी । उसका कण्ठ सदा शुष्क रहा करता था और कुछ दूर चलने या साधारण परिश्रमसे वह थक जाता था । इसके अतिरिक्त उसके श्वासमें मधुर गन्धका अनुभव हुआ करता था । हमने उसको प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे छाती, उदर और गुदापर और दो घण्टे पीठ और गुदापर ताप पहुंचाने और वेदाना अनार सेवन करनेकी सम्मति दी थी । किन्तु धनाभावसे उस रोगीको यथेष्ट अनार पर्याप्त न थे । इस लिए विवशहो काशमीरी नाशपाती, संगतरा, अनार कन्धारी, कम मीठी जातिके अंगूर, उच्च जातिके आड़ू और धिया ( कदू ), तोरी, चचेड़े, टिन्डे, टोमेटो आदिको वाष्प द्वारा उबालकर सेवन करनेकी आज्ञा देदी थी । इसमें कोई सन्देह नहीं कि यथेष्ट अनार उपलब्ध न होनेसे उसको आरोग्य होनेमें बहुत विलम्बही नहीं हुआ, प्रत्युत जितना लाभ होना चाहिये था उतना हुआभी नहीं । इसपरभी उसको दूसरे सप्ताहके उपरान्त शौचसे निवृत्ति प्राप्त करनेका कोई कष्ट न रहा था । उसको तीन वारके स्थानमें केवल एकही वार शौच जाना पड़ता था, और उसीमें वह हल्का हो जाता था । इसके अतिरिक्त उसको शौचके लिए एक घण्टेके स्थानमें केवल कुछ मिनिट्सही लगते थे । रसीले फलोसे यद्यपि कुछ दिनतक उसको अधिक मूत्र होता था, किन्तु चौथे सप्ताहके उपरान्त वह नियमित रूपसे मूत्र त्यागन करनेमें सफल होने लगा था, प्यासमें बहुत न्यूनता हो गयी थी, और कण्ठकी शुष्कता जाती रही थी । छठे सप्ताहके उपरान्त उसके शरीरमें चैतन्यताके आनेसे उसका गात्र बहुत हल्का रहने लगा था, और जैसे पहिले कुछ दूर चलनेसे वह थक जाता था वह बात उस समय न रही थी । इसके अतिरिक्त उसके मूत्रके रङ्गमेंभी बहुत अन्तर हो गया था । आठवें सप्ताहके



उपरान्त उसका गुदा द्वारा वायु त्यागना और काच्चका निकलना बन्द हो गया था, अर्श पीड़ासे भी बहुत कमी प्रतीत होती थी, और उस समय उसको अपने क्रूर रोगोंसे मुक्त होनेका पूर्ण विश्वास हो गया था । क्यों कि उसने लिखा था:—

“Ofcourse the activity blessed in the early period of life is out of question. But, undoubtedly, your treatment is proved a reviving medium of Nature; and it is sure to me that sooner or later I shall get rid of all these long-standing diseases.”

उस रोगीको पूर्ण लाभ प्रायः डेढ़ वर्षमें हुआ था, और उस समय उसकी मुखाकृतिसे आरोग्यताका दिव्यदर्शन होता था । यद्यपि उसका यह लिखना ठीकही था कि अब वह शक्तियाँ और चैतन्यता लौटकर नहीं आसकती । परन्तु फलोंके पुष्कल आहारने उसकी शारीरिक अवस्थाको आजकलके युवकोंसे कहीं अच्छा कर दिया था । उसका शरीर शुद्ध और अधिक रक्तकी उत्पत्तिके कारण बहुतही सुन्दर प्रतीत होता था । उसके मस्तककी समस्त झुर्रियाँ छुप्त हो गयी थीं, और कपोल भर आये थे । जो त्वचा छाजनके कारण बहुत भड़ी और खुर्दरी दीखती थी वह बहुतही सुन्दर और चिकनी हो गयी थी । केवल श्वेत बालोके रङ्गमें अन्तर नहीं हुआ था ।

### सिरोसिस Cirrhosis of the liver.

बहुधा यकृतमे सिरोसिस पीड़ाकी उत्पत्तिका कारण अधिक मदिरा पान करना है । किन्तु मदिरा पानके अतिरिक्त अन्य उत्तेजक पदार्थोंके सेवन करने, और कभी, कभी शीतज्वर या उपदंश पीडासेभी सिरोसिसकी उत्पत्ति हो जाती है ।

एक प्रकारके सिरोसिसमें यकृतके बहुत सिकुड जानेपर उसके रक्त कणोंके दबाओके कारण ड्राप्सीकी उत्पत्ति हो जाती है, और दूसरी जातिके सिरोसिसमें यकृत असाधारण वृद्धिको प्राप्त हो जाता है और पाण्डू रोग प्रकट हो जाता है ।

वास्तवमें यह रोग बहुतही भयङ्कर है । क्योंकि इस रोगके कारण यकृतकी नाड़ियाँ नष्ट हो जाती हैं; और शरीरके जो पदार्थ समूल नष्ट हो जाते हैं उनकी पुन उत्पत्ति न होनेसे अनेक अवयव अपना यथोचित कर्तव्य पालन न कर सकनेके कारण रोगका हेतु होते हैं, जिससे कभी शरीरका उन रोगोंसे छुटकारा नहीं होता ।

इस रोगकी चिकित्सा और आहार वही होना चाहिये जो यकृतके ड्राप्सी आदि रोगोंका हो सकता है ।

### अन्त्र रोग Intestine, diseases of.

**अ**न्त्र सम्बन्धी कई रोगोंका हम इससे पूर्व वर्णन कर चुके हैं । किन्तु उनके विषयमें कुछ विशेष कथनकी आवश्यकता है । क्योंकि अन्त्र और आमाशयकी साधारण पीड़ाभी हमारे शरीरका शीघ्र नाश और उसको दूषित करनेवाली होती है । अन्त्र व्याधिमें कभी, कभी असह्य वेदनाका अनुभव होता है, किसी, किसी समय वमन, अनियमित रूपसे मल त्यागन, अर्थात् कभी मलका रुक जाना और कभी अपरिमित रूपसे प्रवाह होना, और उदरके किसी स्थानमें पीड़ाका अनुभव होता है । अन्त्र सम्बन्धी अनेक रोगोंका कथन हमने भिन्न, भिन्न शीर्षक लेखोंमें किया है । अतः उसके लिए अपेन्डीसाइटिस ( Appendicitis ), विशूचिका ( Cholera ) कान्केशनस ( Concretions ), कोष्ठ-वद्ध ( Constipation ) अतिसार ( Diarrhoea ), विरेचन ( Dysentery ) अन्त्र उतरना ( Hernia ) पेरिसाइटिस ( Parasites ), पेरिटोनाइटिस ( Peritonitis ), अर्श ( Piles ), रेक्टम सम्बन्धी रोग ( Rectum, diseases of ), मोती ज्वर ( Typhoid fever ) शीर्ष लेखोंको देखना चाहिए । परन्तु वास्तवमें अन्त्र सम्बन्धी रोगहां नहीं प्रत्युत संसारकी समस्त व्याधिगोंकी हमारे मतानुसार एक मात्र यही चिकित्सा है कि शरीरको ठंड या बर्फो द्वारा अथवा बन्धनोंकी सहायतासे ताप पहुँचाया जाय, और रोगीको उसके रोगकी अवस्थानुसार रसीले, सुपाच्य, अनुत्तेजक और सूक्ष्म फलोंका आहार देना चाहिये । केवल इतनाही विचारनेकी आवश्यकता है कि उन तीव्र रोगोंमें जिनसे रोगीके शरीरमें अधिक पीड़ा या दाहका अनुभव होता है या प्राण जोखिममें होते हैं अधिक कालतक अथवा निरन्तर अधिक समयतक, अर्थात् जयतक पीड़ा या दाहका इति या उसमें न्यूनता न होले, या जीवन संकटसे बाहर न हो जाय, ताप या तापके उपरान्त बन्धनोंका प्रयोग करना चाहिये ।

### अन्त्रमें छिद्र होना Perforation of the bowel.

**अ**न्त्रमें छिद्र होनेका कारण किसी प्रकारका प्रहार या किसी भयङ्कर रोगका होना है । किसी तीव्र अस्त्र अथवा अन्य रूपसे किसी ऐसे

घावके होनेपर जो उदरको चीर दे अन्त्रमें छिद्र होनेकी अधिक सम्भावना रहती है । इसके अतिरिक्त किसी प्रहार या चोटसे ऐसाभी होता है कि बाह्य भागमें घाव न होते हुएभी अन्त्र अपनी कोमलताके कारण फट जाती है । मोती श्लेसे ( Typhoid fever ) में या बहुत कम क्षयी ( Consumption ) रोगमें घाव ( Ulcer ) या फोड़ा ( Abscess ) होनेपरभी अन्त्रकी झिल्लीमें छिद्र हो जाता है, और अन्त्रमें रुकावटके कारण सूजन हो जानेसे मलके रुकनेपर उसके विकारसे नासूरकी उत्पत्ति हो जाती है, जिससे साधारणतः अन्त्रके फैलने तथा सिकुड़नेके हेतु उसमें छिद्र हो जाता है । परन्तु अन्त्रमें छिद्र होनेका चाहे कुछभी कारण हो किन्तु सबके सक्षण एकही हैं ।

अन्त्रके फट जानेपर उसमें उपास्थित मल पेरिटोनियल केविटी ( Peritoneal cavity ) अर्थात् उदरकी वह झिल्ली जिसमें अन्त्रादि रहती हैं, में होकर अन्त्रके लपेटों ( Coils ) के मध्यमें पहुंच पेरिटोनाइटिस ( Peritonitis ) रोगकी उत्पत्ति करता है, जिससे उदरमें पीड़ाका अनुभव होता है, और कुछही घंटोंमें यह दशा हो जाती है कि उदरको स्पर्शभी नहीं किया जाता, वमन आरम्भ हो जाती है, मूर्च्छा आने लगती है, और पेरिटोनियल केविटीमें वायु ( Gas ) के प्रवेशसे विशेषतः उदरके ऊपरके भागमें सूजन हो जाता है । इस लिए यदि दो या तीन दिनतक बहुत सावधानीसे चिकित्सा न की जाय तो रोगी बहुत कष्ट सहन करके मृत्युको प्राप्त होता है । किन्तु प्रायः अन्त्रमें छिद्र होनेसे पूर्व पेरिटोनाइटिस होनेसे नासूरके निकट वर्ती स्थानोंमें शूल होता है, और ज्योंही अन्त्र फटती है कि पूर्ण पेरिटोनाइटिस होनेके स्थानमें स्थानीय फोड़ा प्रगट होता है, और रोगी अधिक जोखिममें नहीं रहता ।

अन्त्रमें छिद्र होनेपर सबसे आवश्यक बात यह है कि रोगीको कई दिनतक कोई आहार न देना चाहिये । क्योंकि ऐसी दशामें आहार देनेसे या तो वमन हो जाती है, जिससे अन्त्रपर भार पड़नेसे उसके अधिक फटनेकी सम्भावना रहती है, या सेवन किये हुए पदार्थ अन्त्रके फटे हुए स्थानमें होकर पेरिटोनियल केविटीमें चले जाते हैं । किन्तु प्यास दमन करने, पेरिटोनियल केविटीको मलके विपरीत प्रभावसे बचाने और घावको शीघ्र भरनेमें सहायक होनेके निमित्त ऊष्ण गुणगुना जल यथा शक्ति भले प्रकार पान कराना और रोगीका उठना बैठना बंद कर देना चाहिये । चिकि-

त्ताके लिए अच्छा तो यही है कि निरन्तर दो या तीन सप्ताहतक रोगीको टब द्वारा १५ पहुंचाया जाय । किन्तु यदि टबकी व्यवस्था न हो सके तो वहाँ द्वाराही उदर और छातीपर निरन्तर ताप पहुंचाना चाहिये । रोगीकी पीडा बन्द होने या बहुत कम हो जानेके उपरान्त उसको अनारका रस चुंसवाना चाहिये । किन्तु यह ध्यान रहे कि वह अनारकी गुठलीका सूक्ष्माति सूक्ष्म कणभी न सेवन करने पाये, अन्यथा तत्क्षण प्राणोके लाले पड जावेंगे ।

अन्त्रमे छिद्र हो जानेवाले रोगियोपर प्रायः सफलता न होने का कारण यही है कि उनकी चिकित्सामे विलम्ब किया जाता है, उनको समयसे पूर्व आहार दे दिया जाता है, उनके शरीरपर निरन्तर निश्चित समयतक ताप नहीं पहुंचाया जाता और अवाधिसे पूर्व रोगीको उठने बैठनेसे नहीं रोका जाता ।

अन्त्रके फट जानेका एक रोगी हमको सन १९१६ ई०में स्यालकोटके निकट एक ग्राममे मिला था । वह एक धन सम्पन्न यवन जिर्मादारका पच्चीस वर्षीय पुत्र था । उसका पिता एक साधु वृत्ति मनुष्य था, परन्तु वहमहा पापी और क्रूर था । वह एक गधीके साथ बलात्कार करना चाहता था, उसी पापके परिणाममे उसे यह दण्ड मिला था कि गधीकी लात लगनेपर उसकी अन्त्र फट गयी थी । उसके उदरके ऊपर हाथ रक्खनेसे उसे बहुत पीडाका अनुभव होने लगा था, क्योंकि उसे तीन चार घन्टे हो लिये थे । उसको वमन हो रही थी, उदरके ऊपरके भागमे सूजनभी आने लगा था और थोडे, थोडे समयमें उसे कुछ मूर्छा प्रतीत होती थी । हमको उसकी चिकित्सा करनेसे पूर्व यह ज्ञान नहीं था कि वह ऐसा दुराचारी और पापी है, अन्यथा हम कभी उसकी चिकित्सा न करते । हमसे केवल यही कहा गया था कि क्षेत्र-मेसे निकालते समय गधीने लात मार दी थी । अतः हमने पूर्ण सहानुभूतिके साथ उसकी चिकित्सा आरम्भ की और उसको निरन्तर बारह दिनतक चौबीसों घन्टे उदर और छातीपर ताप पहुचवाया और केवल ऊष्ण गुनगुना जल पान करनेको दिया । इसके उपरान्त नौ दिनतक प्रति दिन चार बार दो, दो घन्टे उसको ताप पहुंचाया जाता था, और केवल अनार सेवनार्थ दिया जाता था । ताप आरम्भ करनेसे दो दिन उपरान्त उसको निद्रा आगयी थी, वमन होना बन्द हो गया था और प्यास दमन हो चुकी थी । छठे दिन उसके उदरका सूजन कम हो गया था, और उदर पीडामेभी न्यूनता हो गयी थी, और धीरे, धीरे प्रायः पन्द्रह दिनमें वह समस्त पीडाओसे

मुक्त हो गया था । केवल निर्वलताका अनुभव होता था । हमने प्रायः सवा मासके उपरान्त उसको उठने बैठनेकी आज्ञा दी थी । सबसे अच्छी और आशा जनक बात यह थी कि उसको एक दिनके अतिरिक्त नित्य सुगमता पूर्वक विष्टे और मूत्र-का त्यागन होता रहा उसके मल मूत्र त्यागनकी ऐसी व्यवस्था कर दी गयी थी कि वह लेटे, लेटेही शौचादिसे निवृत्ति प्राप्तकर सकता था ।

### अन्त्र-दाह Inflammation of the bowel.

**यों** तो संसारके समस्त रोगोंके साथ दाहका होना आवश्यक है, और कदाचित् इसीसे डाक्टर कोहनीने समस्त रोगोंकी उत्पत्तिका हेतु ज्वर कहा है, परन्तु आजकलके प्रमाणिक डाक्टरोंके मतसे अन्त्र-दाह कोई विशेष रोग है । उनकी सम्मतिके अनुसार अन्त्र-दाहसे अन्त्रकी वाह्य या अन्तरिक भीतपर प्रभाव होता है । अन्त्रकी वाह्य भीत पेरिटोनियम ( Peritoneum ) से ढकी होती है । अतः अन्त्रकी वाह्य भीतमें दाह होनेसे पेरिटोनाइटिस ( Peritonitis ) सरीखे भयङ्कर रोगकी उत्पत्ति होती है । अन्त्रकी आन्तरिक भीतमें दाह होनेको बहुधा एन्टेराइटिस ( Enteritis ) कहते हैं, और मुख्य स्थानोंमें दाह होनेको कोलीटिस ( Colitis ), ऐपेन्डीसाइटिस ( Appendicitis ) इत्यादि कहते हैं । एन्टेराइटिसकी दशामे मोती ज्वर ( Typhoid fever ), विशूचिका ( Cholera ), अतिसार या विरेचन ( Dysentery ) सरीखे रोगोंकी उत्पत्ति भिन्न, भिन्न संक्रामक रोगोंके कीटाणुओं द्वारा होती है, और वह किसी विशेष जातिके कीटाणुसे सम्बन्ध न रखते हुएभी तीव्र गतिको प्राप्त हो जाता है, किन्तु जब उसकी बहुत भयानक दशा होती है तो प्रयः वह छोटे बालकोंकोही हुआ करता है; और उसका अतिसार ( Diarrhoea ) में परिवर्तन हो जानेपर वह अति भयङ्कर रूप धारण किया करता है । एन्टेराइटिसके मन्द होनेपर विशेषतः विरेचन ( Dysentery ) का रोग होनेसे बहुत कष्टका अनुभव होता है, परन्तु वह तीव्र एन्टेराइटिसकी अपेक्षा कम भयानक होता है । कच्चे फलों, उत्तेजक तथा कृत्रिम आहारसेही मन्द या तीव्र एन्टेराइटिसकी उत्पत्ति होती है, और विपैले पदार्थ सेवन करनेसे वह भयङ्कर रूप धारण कर लेता है । प्रायः अन्त्र या आमाशयमें शीत या सीलनसेभी दाह हो जाती है, किन्तु अधिकांश उससे शीत ( जुकाम ) शिर पीड़ा और ब्रोन्काइटिस ( Bronchitis ) अर्थात् श्वास नालीकी पीड़ाकी उत्पत्ति होती है ।

इस रोगमे अतिसार ( Diarrhoea ) को मुख्य लक्षण समझना चाहिये, और रोगकी मन्दावस्थामे तो बहुधा एक मात्र अतिसारही विशेष लक्षण होता है; किन्तु केवल छोटी अन्त्रके प्रभावित होनेपर अतिसारकी अपेक्षा कोष्ठ बद्ध अधिक होता है। अन्त्र-दाहसे पीड़ित होनेपर स्क, स्ककर मसोसनेवाली पीड़ाका अनुभव होता है, तीव्र देशमें शरीरका ताप बढ़नेसे विकलता और मूर्छा प्रतीत होती है, और यदि अतिसारकी गतिमे अधिक तीव्रता होती है, तो शीघ्र, शीघ्र दौरे होते हैं।

अन्त्र-दाहकी पीड़ामे यथा शक्ति रोगीको आहारकी मात्रा कम देनी चाहिये, और यदि वास्तविक क्षुधा न हो तो आहारकी सूक्ष्म मात्राभी विषका काम करती है। इसके अतिरिक्त भूल करभी रोगीको उत्तेजक, गरिष्ठ, कुपाच्य, और रस हीन पदार्थ न देने चाहियें। उस समय रोगीका सर्वोत्तम आहार केवल वेदाना या मस्कृती अनारही हो सकती है, किन्तु यदि अनार उपलब्ध न हो तो काशमीरी नाशपातीके समान कोमल फलोका रस चुंसवाकर रोगीसे फोक धुक्वा देना चाहिये।

अन्त्र-दाहकी पीड़ाकी चिकित्सार्थ उदर या उदर और छातीपर ताप या उसके उपरान्त धड अथवा उदर बन्धनोका प्रयोग करना चाहिये। किन्तु यदि साथमे शिर और शीत पीडा ( जुकाम ) हो तो शिर और ग्रीवापरभी ताप पहुंचाना चाहिये। रोगकी तीव्र दशामे पीडाके अन्ततक या अधिक समय ताप करना चाहिये, और मन्द रूपमें प्रति दिन दो या तीन बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचाना चाहिये। इससे अधिक जानना हो तो अतिसार शीर्षक लेख देखना चाहिये।

### अन्त्र-घाव Ulceration of the bowels.

**अ**न्त्रमेभी उसी रीतिसे घावोंकी उत्पत्ति होती है जैसे हमारे शरीरकी त्वचापर होती है। किन्तु आन्तरिक घाव बाह्य घावोंकी अपेक्षा इस लिए बहुत शीघ्र आरोग्य होते हैं कि उनतक वायुका सीधा सम्बन्ध नहीं होता और शरीरकी आन्तरिक ऊष्णतासे उनको ताप पहुंचता रहता है। उनकी उत्पत्तिके अनेक कारण होते हैं। इसीसे वह स्थूल, कठोर और तीक्ष्ण पदार्थोंके निगलनेके उपरान्त उनके द्वारा अन्त्रकी झिल्लीके खुर्चे जानेपर, या किसी अन्य प्रहारसे उत्पन्न हो जाते हैं, और उनके कारण अन्त्रकी भीतको हानि पहुंचनेसे शरीरमे उपस्थित पाचक रसोंकी सहायतासे उनकी वृद्धि होती है। ऐसे घावोंकी उत्पत्ति प्रायः आमाशयके नीचेके

मार्गके निकट ड्यूडेनम ( Duodenum ) अर्थात् अन्त्रके पहिले भागमे आमाश-  
यिक घावोंसे समानता रखती हुई होती है । मोतीझरे ( Typhoid fever )  
के कारण उत्पन्न होनेवाले घावोंकी उत्पत्ति लिम्फेटिक तन्तुओं ( Lymphatic  
tissues ) के समूहमें बहुधा छोटी अन्त्रके निम्न भागमें होती है । ट्यूबरक्युलर  
घाव ( Tubercular ulcers ) क्षयी रोगमे कुछ विलम्बसे होते हैं; और  
उनके द्वारा अतिसार ( Diarrhoea ) होनेसे बहुधा प्रत्युत सदा उसका परिणाम  
मृत्युही होता है ।

वास्तवमें अन्त्र-घाव और अन्त्र-दाह ( Enteritis ) के रोगमे कोई अन्तर  
नहीं है; प्रत्युत एन्टेराइटिसकी उन्नतावस्थाही अन्त्र-घाव है । केवल अन्त्र-घावमे इतनी  
बात अधिक होती है कि उससे रक्त प्रवाह हुआ करता है । यदि अन्त्र-घाव अन्त्रके  
उच्च भागमें होता है तो उससे श्याम अथवा भूरे रङ्गका रक्त आता है, और यदि  
अन्त्रके निम्न भागमें होता है तो लाल और अपरिवर्तित रक्त निकलता है । मोतीझरेसे  
उत्पादित घावोंके अतिरिक्त अन्य घावोंके आरोग्य होनेपर उनके स्थानमें ऐसे चिन्ह  
( Scars ) हो जाते हैं जिनकी अपूर्ण रचनाके कारण तन्तुओंमें तनाओ और खिचा-  
ओ हो जानेसे अन्त्रके सिकुड़नेपर उसमे रुकावट हो जाती है । ट्यूबरक्युलर घावोंमे  
इस लिए विशेषतः अन्त्र अधिक सिकुड़ जाती है, क्योंकि घावोंके वह चिन्ह  
अन्त्रम चारों ओर होते हैं ।

इस रोगकी चिकित्सा और पथ्य वही होना चाहिये जो अन्त्र दाहका हो सकत  
है । किन्तु इसकी चिकित्सामें अन्त्र-दाहकी अपेक्षा अधिक समय और धैर्यकी  
आवश्यकता है । ट्यूबरक्युलर घावोंकी अवस्थामे क्षयी रोगकी चिकित्सा करना  
मुख्य बात है । परन्तु अन्त्रमें ट्यूबरक्युलर घाव प्रगट होनेपर किसी विरले  
रोगीकेही प्राण बचा करते हैं । किन्तु ट्यूबरक्युलर घावके प्रगट होनेसे पूर्व चिकित्सा  
करनेसे बहुधा अनेक रोगियोंके धैर्यसे काम लेनेपर प्राण बच सकते हैं ।

अन्त्र-बाधा Obstruction of the bowels.

**अ**न्त्रमे बाधा अर्ध पाचनेमे आये हुए पदार्थोंके अतिरिक्त अन्त्रके भीतर  
जानेवाले मार्गमे किसी उदर व्याधि या अन्त्रकी भीतमे किसी  
ग्रन्थ्यादि अथवा अन्त्रमें अन्त्र उतर आनेके कारण हो जाती है । पिछले कारणसे  
अन्त्र-बाधाके विषयमे अधिक ज्ञान प्राप्त करनेके लिए हर्निया ( Hernia )

शीर्षक लेख देखना चाहिये । एकै रोगके भयङ्कर होनेपर अन्त्र-बाधाकी तीव्र-वस्था होती है, और शनैः, शनैः रुकावटके कारण उपस्थित होने या धीरे, धीरे अन्त्रके सिकुड़कर बन्द हो जानेपर उसकी मन्द दशा हो जाती है । किन्तु कभी, कभी ऐसाभी होता है कि अन्त्रमें मन्द गतिसे बाधा होनेपरभी कुछ दिनमें उसका तीव्र रूप हो जाता है । रोगकी मन्दावस्थामेंभी प्रायः वही लक्षण होते हैं जो तीव्र दशामें होते हैं । केवल अन्तर इतनाही है कि उसकी चेष्टा कम भयानक प्रतीत होती है ।

अन्त्र बाधाकी उत्पत्तिका कारण अन्त्रके बाहर किसी निकटवर्ती अवयवमें फोड़ा होनेसे उसका दबाओ पडना या पेरीटोनाइटिसके हेतु अन्त्रमें लपेट होना या स्वयं अन्त्रके परस्पर लिपट जानेसे उसमें बल पड जाना, या अन्त्रके भीतर फोड़ा या पुराने घावका तन्तुओंको खींचनेवाला चिन्ह ( Scar ) होना, या कसे हुए ग्लोव ( दस्ताना ) मेंसे हाथ खींचनेपर जैसे ऊंगलियोंपरसे ग्लोव ( Glove ) लौट जाता है उसके समान बड़ी अन्त्र छोटी अन्त्रपर लौट जाने अर्थात् इन्टस्स-सकेप्शन ( Intussusception ) का होना, या किसी कठोर पदार्थ, या फलकी गुठली अथवा विष्टका शुष्क हो कठोर होनेपर अन्त्रके भीतर अटककर उसके मार्गको रोकना होता है ।

पीडा ( Pain ), वमन ( Vomiting ), कोष्ठ-बद्ध ( Constipation ), और उदरपर सूजन ( Swelling of the abdomen ) इस रोगके विशेष लक्षण हैं, और यदि यह चारों लक्षण एक साथ उपस्थित हो तो एक पलकाभी चिकित्सा में विलम्ब न करना चाहिये । इस रोगमें मसोसने और रुक, रुककर होनेवाली ऐसी पीडाका अनुभव होता है जो कभी अधिक और कभी न्यून हो जाती है । जबकि अन्त्र-बाधा छोटी अन्त्रमें होती है तो बहुधा नाभिके चारों ओर पीडाका ज्ञान होता है, और बड़ी अन्त्रमें ठीक अन्त्र बाधाके स्थानमेंही पीडा प्रतीत होती है । इस रोगकी तीव्र दशामें उदरके स्पर्श मात्रसे पीडाका अनुभव होता है, और पहिले पीडाके साथ आमाशयमें उपस्थित पदार्थ एक विशेष रूपकी वमन द्वारा बाहर आते हैं, तदुपरान्त पीत वर्ण और कटु स्वादके पदार्थ पित्तकी अधिक मात्राके साथ निकलते हैं, और कुछ घण्टे व्यतीत होनेपर वमनका रङ्ग भूरा हो जाता है और उसमें अन्त्रके बहुत भीतरके पदार्थोंकी गन्धका अनुभव होता है । इस प्रकारकी वमनको फेशेल वोमिटिङ्ग ( Faecal vomiting ) अर्थात् विष्टा वमन कहते हैं ।



तीव्र दशामे एकैक कोष्ठ-वृद्ध हो जाता है, किन्तु रोगकी मन्दावस्थामें कोष्ठ-वृद्ध और अतिसार दोनों एकके पीछे दूसरा होता रहता है, या दोनोंमेंसे किसी एकहीके होनेपर कई, कई मासतक धीरे, धीरे विष्टेकी लेडीका आकार छोटा होता जाता है । बड़ी अन्त्रमें उपस्थित रोगकी मन्द दशामें रोगीको बारम्बार शौच जानेकी इच्छा होती है, और अन्त्रमें भार और किञ्चनेवाली पीड़ा प्रतीत होती है, किन्तु शौच जानेपर विष्टेका त्यागन नहीं होता । किसी, किसी दशामे, विशेषतः इन्टस्ससकेपशन होनेपर, कोष्ठ वृद्धके होते हुएभी, अधिक किञ्चनेपर बहुत कुछ श्लेष्म और रक्तमय झिल्ली विष्टेके रूपमें आती है । रोगकी तीव्र दशामे उदर वायु ( Gas ) से फूल जाता है, जिससे बहुत पीड़ा होती है; मन्दावस्थामे अन्त्रके उस स्थानपर जहाँकि उसकी भीत मोटी प्रतीत होती है कभी, कभी नला तनकर उभरनेपर प्रत्यक्ष देखने लगता है, और अन्त्रमें रुके हुए पदार्थोंको निकलनेको बाध्य करता है, किन्तु छोटी अन्त्रमें बाधा होनेसे नलोके प्रभावित होनेपर वह एक दूसरेके ऊपर तन कर उभर आते हैं, और बड़ी अन्त्रके निम्न भागमें होनेपर उदरके उच्च भागमें और इधर उधर उभार हो जाता है । इसके अतिरिक्त रोगके बढ़ जानेपर दौरे होने लगते हैं और तीनसे छः दिनतक, यदि सपरिश्रम चिकित्सा न की जाय तो रोगीकी मृत्यु हो जाती है किन्तु रोगी अन्त समयतक सचेत रहता है ।

अन्त्र बाधाकी दशामें कभी, कभी रोगीकी चिकित्सा करना बहुतही कठिन हो जाता है । परन्तु समयपर सपरिश्रम चिकित्सा करनेसे रोगीके प्राण संकटसे बचाये जा सकते हैं । अतः रोगकी तीव्र दशामें निरन्तर रोगीके रोगकी अवस्थानुसार उसके आपत्तिसे निकलनेके समयतक निरन्तर चौबीसों घण्टे कई दिनतक और मन्दावस्थामे प्रति दिन दो या तीन बार दो, दो घण्टे उदर और छातीपर ताप पहुंचाना चाहिये और उसके उपरान्त यदि आवश्यक समझा जाय तो धड़ या उदर बन्धन प्रयोग किये जाय ।

आहारके निमित्त केवल अनार या किसी सूक्ष्म फलका रस चुंसवाकर फोक थुक्वा देना चाहिये । किन्तु यदि विष्टेका त्यागन किञ्चित मात्रभी न होता हो और रोगीको क्षुधाका ज्ञानभी न हो तो आहारकी कोई मात्रा न दी जाय । परन्तु गुनगुने ऊष्ण जलकी जितनी मात्रा रोगीको सेवन करायी जाय उतनाही अच्छा है ।

अन्त्र वाधासे पीडित एक रोगी सन् १९१७ ई० में अपनी चिकित्सार्थ दिल्लीमें आया था । उसकी अवस्था प्रायः बीस वर्षकी थी, उसको एक सप्ताहसे विष्टा और चौबीस घण्टेसे मूत्र नहीं हुआ था, उसकी नाभिके चारों ओर ऐसी पीड़ा थी कि उदरपर हाथभी नहीं रक्खा जाता था, उसके नले उभर आये थे । उसको ऐसी पीड़ा कई वर्षसे कभी, कभी हो जाया करती थी । किन्तु हांग आदिके लेप या नलों आदिके मलने अथवा अन्य किसी उपायसे उसकी पीड़ा दूर हो जाया करती थी । परन्तु कुछ दिनसे ऐसा कोई मास न जाता था कि उसको अन्त्र वाधाकी पीड़ा दुःख न देती हो । उसको प्रायः कोष्ठ-बद्ध रहा करता था; किन्तु कभी, कभी एकैक अतिसारके दौरों हो जाते थे । वह इस पीड़ासे दुःखी होकर एक वैद्य महाशयकी सम्मतिसे हुका पीने लगा था । परन्तु इससे उसको लाभ पहुंचनेकी अपेक्षा वह इस दुर्गन्धसन्निधेभी क्लेशित था । क्योंकि हुक्केने उसको अपना दास बना लिया था । कुछ दिनसे वह एक डाक्टरकी सम्मतिसे इनेमा दूश ( Enema douche ) अर्थात् अन्त्रमें पिचकारी द्वारा जलभी लेने लगा था, जिससे उसकी रहीं, सही स्वतंत्रताभी जाती रही । क्योंकि फिर उसको बिना इनेमाके विष्टेका त्यागनही नहीं होता था, प्रत्युत कुछ समयके पश्चात् दिनमें कई, कई बार इनेमा लेनेपरभी कोई प्रभाव न होता था, और रेचकाति रेचक पदार्थभी उसकी अन्त्रपर अपना कार्य करनेमें व्यर्थ सिद्ध होते थे, और उनकी तीक्ष्णतासे शरीरको औरभी दुःख होता था । उसने एक योग्य डाक्टरकी आज्ञानुसार अनेक प्रकारकी व्यायामकाभी बहुत दिनतक अनुभव किया । किन्तु प्रत्येक साधन और चिकित्सासे उसकी दशा गिरतीही गयी । हा, डाक्टर कोहनीकी चिकित्सासे अवश्य उसे बहुत कुछ लाभ पहुंचा था । किन्तु एक मासके उपरान्त उस चिकित्सानेभी अधिक लाभ पहुंचाना बन्द कर दिया । इसके अतिरिक्त उसने पूर्ण रूपेण डाक्टर कोहनीकी चिकित्साका अवलम्बनभी नहीं किया था, अन्यथा उसके रोगकी ऐसी भयानक दशा कभी न होती । वास्तवमें आहारके विषयमें कोई, कोई बात डाक्टर कोहनीकी बहुतही गूढ़ है, और यदि उनपर चलकर चिकित्सा नभी की जाय तो अनेक रोग स्वयं दूर हो सकते हैं । परन्तु उनका मर्म जाननेवाले इस जगत्में विरलेही मनुष्य हैं । हम डाक्टर कोहनीकी चिकित्साकी अपेक्षा उनके आहारके सिद्धान्तोंकोही अधिक श्रेय देते हैं, और

उनके कारणही उनकी चिकित्साको सफलता प्राप्त होती है । किन्तु जो उनके निश्चित आहारपर न चलकर अन्नादि या गरिष्ठ पदार्थ सेवन करके चिकित्सा करते हैं उनको लाभकी अपेक्षा अधिक हानि और निर्वलता होती है । इसीसे उस रोगीने-भी अधिक निर्वल होनेपर उनकी जल चिकित्साका परित्याग कर दिया था; और निर्वल होनेका, शीतल क्रियाओंसे प्रति क्रिया द्वारा शक्तियोंके व्यय होनेके अति-रिक्त, अधिक कारण यह था कि वह गैहूका दलिया, चावल और आलू आदि सेवन करता रहा था । अतः हमने उसकी इस गाथाको सुनकर उसकी चिकित्सा करना इस लिए अस्वीकार किया कि जब उसने डाक्टर कोहनीकी चिकित्साकाही पथ्यसे अवलम्बन न किया तो हमारी आज्ञानुसारही पथ्यसे कब रहता । परन्तु उसने अपने इस उत्तरसे हमें सन्तुष्ट कर दिया—“यदि दलिये और आलू आदिके सेवनकी आज्ञा नहीं है तो डाक्टर कोहनीने उनके बनाने और अनेक रोगियोंको सेवन करानेके विषयमें क्यों लिखा था ? ” हमने उसके इन शब्दोंसे समझ लिया कि न वह स्वयं डाक्टर कोहनीके गूढ़ उपदेशको समझ सका, और न उसका चिकित्सकही समझा सका, और इसीसे वह पूर्ण रूपेण पथ्यका पालन करनेमें असमर्थ रहा । अतः हमने उसकी चिकित्सा अपने हाथमें ली और निरन्तर अडतालीस घण्टेतक उदर और छातीपर ताप करवाया, जिससे उसको प्रायः पैंतीस घण्टेमें बहुत शुष्क विश्रा हुआ और उसकी पीड़ामें बहुत न्यूनता हो गयी । इसके उपरान्त एक मासतक हमने उसे प्रति दिन तीन बार और उसके पश्चात् दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुचाने, और छः मासतक प्रति दिन एक घण्टा या जितने काल उचित हो ताप करके सूक्ष्म रसीले फल सेवन करनेकी सम्मति दी, जिससे दो सप्ताहके उपरान्त उसको कोष्ठ-वद्धकी पीड़ा किञ्चित मात्रभी न रही और अतिसारका दौरा तो चिकित्सा कालसे हुआही नहीं । उसका धीरे, धीरे दो मासके उपरान्त समस्त पीड़ाओंसे छुटकारा हो गया था । परन्तु इसपरभी वह हमारी आज्ञानुसार निरन्तर छः मासतक फलही सेवन करता रहा ।

### अन्त्र-पुन्छल रोग Appendicitis.

**अ**वतक प्रायः समस्त शरीर वैज्ञानिकोंका यही मत है कि अन्त्र-पुन्छल अर्थात् अपेन्डिक्स वर्मिफारमिस (Appendix vermiformis) शरीरमें केवल एक व्यर्थ अवयव है या कदाचित् उससे पाचनमें बहुतही कम सहायता मिलती है । परन्तु इसमें सन्देह नहीं कि चाहे वह व्यर्थ हो अथवा कुछ कार्य

करती हो, किन्तु उसमें दाह होनेपर रोगकी भयङ्कर दशा हो जाती है । बहुधा अन्त्र-पुच्छलमें स्वमेव दाह नहीं होती, यद्यपि रोगकी उत्पत्ति उसीसे होती है । जबतक केवल अन्त्र-पुच्छलपर रोगका प्रभाव होता है भारीपनके अतिरिक्त किसी वास्तविक पीड़ाका ज्ञान नहीं होता । तीव्र पीडा उभी समय होती है, जब कि पेरीटोनियम ( Peritonium ) अर्थात् अन्त्रको ढकनेवाली झिल्ली उस स्थानपर प्रदाहित हो जाती है जिससे वह अन्त्र-पुच्छलके बाह्य भागको ढके होती है ।

इस रोगकी तीव्र दशामें पेरीटोनियममें स्थानीय दाह होता है, और वह दो सप्ताह या उसीके लगभग समयमें दूर हो जाती है । किन्तु उससे अन्त्र-पुच्छल गलाओ (Gangrenous appendicitis), जिसमें अन्त्र-पुच्छलके गलनेपर अन्त्र और पेरीटोनियम एक होजाते हैं अर्थात् अन्त्रके पदार्थोंको पेरीटोनियममें जानेके लिए मार्ग हो जाता है, और अन्त्र पुच्छल फोड़ा (Suppurative appendicitis), जिसमें अन्त्र-पुच्छल फोड़ेका स्थान होती है, यह दो भयङ्कर रोग हो जाते हैं, और मन्दावस्थामें छोटी अन्त्रके निम्न भागमें ( Iliac region ) रुक, रुककर साधारण पीडाके दौरें होते हैं, जो कि क्लेशका कारण होते हुएभी कदाचित् साधारण कार्य करनेमें बाधक नहीं होते, या एक विशेष रूपसे निर्वलता और उस स्थानपर भारीपनका अनुभव होता है । इसका कारण या तो वह प्रदाहित अन्त्र-पुच्छल होती है, जिसने उस समयतक पेरीटोनियमके उस भागपर जो कि उसे ढके रहता है प्रभाव नहीं किया है, या वह पेरीटोनाइटिसका दौरा होता है, जो कि आरोग्य होनेके उपरान्त रोगका मूल हेतु न जानेसे पुन हो जाता है, या वह मन्द फोड़ा होता है, जोकि पिछले दौरेंके निमित्त उभर आता है ।

अन्त्र पुच्छल रोगकी उत्पत्तिका कारण कोष्ठ-वद्ध, या बड़ी अन्त्रके उस छोर, जिससे कुछ इंच ऊपर छोटी अन्त्रका मुख खुलता है ( Caecum ), में पाचनमें न आया हुआ भोजन एकत्र होने, और आवश्यकतासे अधिक आहार करनाभी है; और आजकलके चाय और मांसादि सेवन करनेके दुर्व्यसन कोष्ठ वद्धकी उत्पत्तिमें विशेष भाग लेते हैं । जब कि अन्त्र-पुच्छल या उसके निकट सम्बन्धी अवयवोंमें रक्त सञ्चारमें बाधा या दाहका कारण बैक्टेरिया ( Bacteria ) दूषित कीटाणुओंके कारण होती है तो रोगकी भयङ्करता बैक्टेरियाकी प्रकृतिपर निर्भर होती है । बहुधा वैज्ञानिकोंका यह मत रहा है कि बालू या किसी कठोर पदार्थके

कण अथवा अङ्गूर या सेब आदिके बीज अन्त्र-पुच्छलमे पहुँचकर रोगका कारण होते हैं। परन्तु यह एक मिथ्या धारणा है। हाँ, कभी अनायास ऐसे पदार्थ अन्त्र पुच्छलमें पाये अवश्य जाते हैं। किन्तु उनसे अन्त्र-पुच्छलका कोई रोग नहीं होता। समयपर आहार न करने, समर्थसे अधिक बोझ उठाने, अधिक दूरतक साइकिल पर जाने और उदरमे चोट लगनेसे बहुत दिनतक अन्त्र-पुच्छलमे मन्द दाह रहनेसे वह पेरीटोनाइटिस ( Peritonitis ) रोग उत्पन्न करनेको प्रस्तुत रहती है।

अन्त्र-पुच्छल रोग पूर्वमें विना किसी प्रकारकी निर्बलताका ज्ञान हुए एकैक बहुत तीव्र दशामें प्रगट होता है। सबसे पहिले अन्त्र-पुच्छलके स्थानमें उदरमें बड़ी तीव्र पीड़ाका ज्ञान होता है, किन्तु एक, दो दिनमे छोटी अन्त्रके निम्न भागमें पीड़ा स्थिर हो जाती है। वास्तवमे उस पीड़ासे रोगी विकल होकर निरन्तर कमरके सहारे दाहिनी टांग सिकोड़े पड़ा रहता है। रोगीको बहुधा एक, दो दिनतक अजीर्ण, वमन, कोष्ठ-वृद्ध, क्षुधामें न्यूनता और उबकाइयों ( Nausea ) का कष्ट भोगना पड़ता है। छोटी अन्त्रके निम्न भागके निकट स्पर्श करनेसे अति पीड़ाका अनुभव होता है, और बहुधा उस पीड़ाके शूल मेरू दण्डके निकट जाते हुए प्रतीत होते हैं। ज्वरभी प्रायः  $90^{\circ}$  का रहता है। इसके अतिरिक्त बहुधा दो, तीन दिनके उपरान्त छोटी अन्त्रके निम्न भागके दाहिनी ओर सूजनभी हो जाता है। साधारणतः रोगीके शरीरमें उपरोक्त लक्षण एक, आध सप्ताह रहकर घटने आरम्भ होते हैं; और दो सप्ताहके अन्ततक रोगी आरोग्य हो जाता है। किन्तु अन्त्र-पुच्छलके गलाओ (Gangrenous appendicitis) की दशामें रोगके लक्षण बहुत भयङ्कर होते हैं। ज्वरका ताप अति उच्च श्रेणीका होता है और यदि समयपर चिकित्सा न की जाय तो अति शीघ्र मृत्यु हो जाती है। अन्त्र-पुच्छलमें फोड़े ( Suppurative appendicitis ) की उत्पत्ति बहुतही कम होती है। परन्तु उसके लिएभी सावधानीसे चिकित्सा करनेकी आवश्यकता है।

अन्त्र-पुच्छल रोगकी चिकित्सार्थ उदर और कमरपर या केवल उदरपर ताप पहुँचानेकी आवश्यकता है। यदि रोग तीव्र हो तो उसकी अवस्थानुसार अधिक ताप पहुँचाना चाहिये, और मन्द दशामें प्रति दिन दो या तीन बार दो, दो घण्टे ताप करना चाहिये। किन्तु यदि वमन होती हो तो उदरके साथ छातीपरभी ताप

करना चाहिये । रोगीका आहार यथा शक्ति अनार या अन्य रसीले फल अथवा गौकका धारोष्ण दूध होना चाहिये ।

सन् १९१७ ई० के मध्यमें एक रोगी हमको अलीगढमें मिला था । उसको गाजियाबादसे अलीगढतक साइकिलपर आनेसे अन्त्र-पुच्छलकी पीडा हो गयी थी । यद्यपि पीडाने भयङ्कर रूप धारण कर लिया था, किन्तु वह रोगी हमको अगलेही दिन दिखलाया गया । अतः हमने उम दिन दो, दो घण्टे उपरान्त निरन्तर चार, चार घण्टेतक ताप पहुंचवाया, जिससे उसे तरक्षण लाभ होना आरम्भ हुआ, और तीन घण्टेतक पहिला ताप होनेपर उसे निद्रा आने लगी, परन्तु कभी, कभी आंख उचट जाती थी । किन्तु चार घण्टे उपरान्त उसको अच्छी निद्रा आगयी दूसरे दिन हमने उसे भोजनार्थ एक अनार दिया और चार, चार घण्टेके उपरान्त दो, दो घण्टे ताप पहुंचवाया, जिससे पीडाका अन्त हो गया । अतएव तीसरे दिन केवल दो बार दो, दो घण्टे ताप किया गया और पाचवें दिन ताप बन्द कर दिया ।

पथरी, या शरीरमें स्थूल पदार्थ एकत्र होना Concretions.

**श**रीरमें अनेक स्थूल पदार्थ अर्थात् चूनेके क्षार ( Lime-salts ) आदि क्षति पूर्ण और प्रहारित अङ्गोमें उसी प्रकार एकत्र हो जाते हैं जैसे भारी जलको किसी पात्रमें पकानेपर उसमें स्थूल पदार्थ रह जाते हैं । हमारे अवयवोमें क्षारोके एकत्र होनेका कारण यह है कि किसी कारण वश उनके शिथिल हो जानेपर स्थूल पदार्थोंको द्रव रूपमें रक्खकर शरीरसे बाहर करनेके लिए यथेष्ट कार्बोनिक ऐसिड गैसकी उत्पत्ति नहीं होती, और भारी जलके पकानेपरभी पात्रमें इसीसे स्थूल पदार्थ एकत्र हो जाते हैं कि ऊष्णताके प्रभावसे उक्त गैस निकल जाता है । यह क्षारादि फुफ्फुसके उस पीडित भागके आरोग्य होनेपर जहां कि ट्यूबरक्यूलिसिस होते हैं, या शरीर सम्बन्धी अथवा विजातीय कीटाणुओंके मृत शरीर रह जाते हैं, या क्षतिपूर्ण रक्त-कण होते हैं, या फोड़े अथवा घावोंके आरोग्य होनेपर उनके चिन्ह होते हैं, एकत्र हो जाते हैं । दांतोंका टार्टर ( Tartar ) और मूत्राशय, पित्ताशय, लार कोषो और अन्त्र-पुच्छलकी पथरीकी उत्पत्ति उपरोक्त रीतिसे शरीरके अङ्गोमें क्षारोके एकत्र होनेपरही होती है । इसके अतिरिक्त गाऊट (Gout) आदिमें अनेक स्थानोपर स्थूल पदार्थोंके एकत्र होनेसे ग्रन्थिया तथा सूजन होनेका भी वही कारण है जो अन्य स्थानोपर पथरी होनेका है ।

शरीरके त्यागे हुए अनेक तरल पदार्थोंसेभी धीरे, धीरे उनमें उपस्थित स्थूल पदार्थोंके एकत्र होनेपर पथरी हो जाती है। इसीसे प्रायः शनैः, शनैः कानका मल बहुत कठोर होकर अति क्लेशका कारण होता है; और ऐसेही श्वास नाली आदिमें श्लेष्मके स्थूल पदार्थोंसे अनेक कठोर पदार्थ उत्पन्न होकर दुःखका कारण होते हैं।

प्रायः वह पुरुष जो अपनी मूँछे दाँतोंसे चवानेके अभ्यस्त हैं या जो अपने नखोंको कुतर, कुतरकर सेवन करते रहते हैं उनके आमाशयमें उसी प्रकार पथरी पड़ जाती है, जैसे पशुओंके आमाशयमें उनके अपने शरीरको चाटनेके अभ्याससे पथरी हो जाती है। इसके अतिरिक्त लवण सेवनभी पथरीका हेतु होता है।

पथरीकी चिकित्सामें बहुत धैर्य और समयकी आवश्यकता है। क्योंकि जैसे उसके बननेमें अधिक समय लगता है वैसेही उसके टूटनेमेंभी कुछ काल चाहिये। किन्तु यदि पथरीका आकार छोटा होता है तो वह शीघ्र निकल जाती है।

गाऊँटके अतिरिक्त अन्य पथरी सम्बन्धी रोगोंमें केवल स्थानीय या छाती अथवा उदरका ताप, और रोगकी अवस्थानुसार रसीले फलोंका आहार होना चाहिये। किन्तु गाऊँटकी दशामे समस्त शरीरका ताप होना आवश्यक है।

पथरीका एक रोगी हमको सन् १९१६ ई०में लाहौरमें मिला था, उसकी आयु प्रायः पचास वर्षकी थी; उसके मूत्राशयमें अन्न और आमाशयकी ऐसिडिटी (Acidity) के कारण स्थूल पदार्थोंके एकत्र होनेपर बहुत दिनसे पथरी हो गयी थी; उसने उसकी अनेक चिकित्साएं की थीं, परन्तु इसके अतिरिक्त उसे कोई लाभ नहीं पहुँचा या कि उसका जो मूत्र त्यागन रुक जाता या वह फिर होने लगता था; उसकी चिकित्साके विषयमें समस्त डाक्टरोंका एक ओरसे यही मत था कि शल्य क्रिया द्वारा पथरी निकालदी जाय, किन्तु उसे यह स्वीकार न था; कभी, कभी उसको पथरीके कारण मूत्राशयमें इतनी दाह और पीड़ाका अनुभव होता था कि वह विकल हो जाता था, और जब कभी उसका मूत्र रुक जाता था। तब तो प्राणोंपर दाँतती थी; मूत्राशयकी पथरीके अतिरिक्त उसका समस्त शरीर ऐसिडिटीके हेतु रोग मन्दिर बना हुआ था; जिस समय वह हमारे समीप आया था उस समय उसको नित्य मूत्राशयमें नली डालकर मूत्र कराया जाता था। हमने उस रोगीको दो सप्ताहतक तीन बार तीन, तीन घण्टे मूत्राशयसे लेकर ग्रीवा पर्यन्त ताप पहुँचाया, और जिस दिन वह हमारी चिकित्सामें आया था, उसका निरन्तर चौबीस

घण्टेतक ताप किया गया था; इसके उपरान्त तीन मासतक प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे, उसके पश्चात् चार मास पर्यन्त दो, दो घण्टेके स्थानमें एक, एक घण्टे ताप किया गया था, और उसके पीछे एक मासतक केवल धड़ बन्धनोंका प्रयोग हुआ था । उसको आहारके निमित्त दो मासतक केवल अनार दिया गया था; उसके उपरान्त अदूर, संगतरा, काशमीरी नाशपाती और फिर धीरे, धीरे शरीफा, लोकाट, शहतूत, लीची, उच्च कोटिकी खुर्मांनी आदि दिये गये थे । इस प्रकार चिकित्सा और पथ्यके कारण दो सप्ताहके भीतर उसके मूत्राशयकी दाह और पीड़ा एक ओरसे लुप्त हो गयी थी, उसको मूत्र त्यागनमें लेश मात्रभी पीडाका अनुभव न होता था, उसके मूत्रमें पथरीके टूटनेके कारण अति सूक्ष्म टुकड़े आने लगे थे, एक मासके उपरान्त उसने कुछ और उन्नति की थी, और धीरे, धीरे नित्यही उसका स्वास्थ्य उन्नत दशाको प्राप्त होता जाता था । परन्तु पूर्ण रूपेण उसका शरीर शुद्ध होने और पथरीका इति होनेमें इस लिए आठ मास लगे थे कि उसको बहुत पुराना अजीर्ण और अन्त्र व्याधि थी, और उसके समस्त शरीरमें दूषित एवं स्थूल पदार्थ एकत्र हो गये थे ।

**कोष्ठ-बद्ध Constipation or costiveness.**

**को**ष्ठ-बद्धकी दशामें अन्त्रके नियमित रूपसे कर्तव्य पालन न करनेके कारण विष्टेके त्यागनमें कठिनता होती है, प्रत्युत कई, कई दिनतक मल त्यागन होताही नहीं, और होताभी है तो पूर्ण रूपेण शौचसे निवृत्ति प्राप्त नहीं होती । किन्तु जैसे कुछ मनुष्योंकी नित्य एक या दो बार शौच जानेकी प्रकृति होती है, वैसेही प्रायः ऐसे मनुष्यभी होते हैं, जिनको कोष्ठ-बद्ध न होते हुए भी, दो या उससे अधिक दिनमें शौच जाना प्राकृतिक प्रतीत होता है । परन्तु वास्तवमें ऐसे उदाहरण बहुत कम हैं । कोष्ठ-बद्ध अन्त्र और आमाशयिकादि रोगकी मन्दावस्थाका परिणाम है । इस लिए कोष्ठ-बद्ध और अन्त्र-बाधा (Obstruction of the bowels) रोग, जो कि, अति भयङ्कर दशामें प्रगट होता है, में बहुत अन्तर है । उस स्वस्थ मनुष्यका, जिसको यथेष्ट क्षुधाका ज्ञान होता हो । विष्टा हल्के मटीले रङ्गका, प्रायः पांच ओस भारी और लगभग पांच इञ्च लांबा एक या दो लेडीमें होता है । इसके अतिरिक्त वह इतना हलका होता है कि जलमें तैरता रहता है । परन्तु ऐसा विष्टा केवल उन्हीं मनुष्योंको होता



है जो सूक्ष्म ( रसीले ), और स्थूल ( गूदेवाले ) फल तथा शुष्क फल सेवन करते हैं, किन्तु जो केवल सूक्ष्म ( रसीले ) फलोंका आहार करते हैं उनका विष्टा कभी, कभी एक-औंससे अधिक नहीं होता, और प्रायः दूसरे या तीसरे दिनभी होता है । किन्तु इस-परभी उदरमें भारीपन या कोई पीड़ा अथवा अन्य कोई शारीरिक रोग नहीं होता ।

विष्टेका कच्ची दशामें त्यागन होना पाचन शक्तिके दोषका परिणाम है । इसीसे प्रायः गरिष्ठ पदार्थोंके स्थानमें सुपाच्य पदार्थ सेवन करनेसे कोष्ठ-वद्धमें न्यूनता हो जाती है । यकृतके किसी दोषसे पित्तके विकृत होनेपर जो कोष्ठ-वद्ध होता है वह ज्यो, ज्यों यकृतका विकार कम होता जाता है त्यों, त्यों दूर होता जाता है । प्रायः अनेक रोगियोंकी पाचन शक्ति उचित दशामें होनेपरभी किसी कारण वश अपक्व पदार्थोंके मार्गमें बाधा उपस्थित हो जाती है ।

कोष्ठ-वद्ध होनेके अनेक कारण हैं । इसीसे कुछ मनुष्योंको तो शारीरिक और मानसिक क्रियाओंके करनेमें आलस्य करनेसे उनका शरीर आरोग्य और बुद्धि तीव्र होते हुएभी कोष्ठ-वद्ध हो जाता है, अनेक उन मनुष्योंको जो चैतन्यतासे जीवन निर्वाह करते हैं केवल एक या दो दिन नियमित व्यायामसे वञ्चित रहने और विशेषतः किसी एक स्थानपर बैठे रहनेसे तुरन्त कोष्ठ-वद्धकी पीड़ा होने लगती है; कुछ मनुष्योंको रेल या गाड़ी द्वारा लम्बी यात्रा करनेसे उनको अन्त्र अपना नियमित कार्य करना त्याग देती हैं, प्रायः मनुष्योंको प्रातःके समय अधिक शयन करनेसे अन्त्रके कर्तव्य चुत और शिथिल हो जानेका हेतु होता है; वहुधा अति भारी या अति हल्का-जल सेवन करनेसे चूनेके अधिक क्षारके कारण, या नल अथवा पात्रकी धातुका जलमें मिश्रण हो जानेपर उसको पान करनेसे कोष्ठ-वद्धकी व्याधि हो जाती है; अधिकांश मनुष्योंको एक स्थानसे दूसरे स्थानपर जलके परिवर्तनसे कोष्ठ-वद्ध हो जाता है; और कुछको बहु-मूत्र ( Diabetes ) एवं रक्ताभाव ( Chlorosis ) आदि रोगोंमेंभी कोष्ठ-वद्ध हो जाता है ।

कोष्ठ-वद्ध होनेके स्थानीय कारण यह हैं कि प्रायः दीर्घ अन्त्रको अपना कर्तव्य पालन करनेमें विलम्ब होना या अन्त्रमें फोड़ा आदि होनेसे या गर्भावस्थामें जननेन्द्रियपर सृजन आदिके कारण या उदर सम्बन्धी अवयवोंमें उथल पुथल हो जानेके हेतु या पिछले रोगों अथवा घावोंके चिन्हां ( Scars ) से मार्गके सिकुड़ जानेके निमित्त या चिरकालीन कोष्ठ-वद्धसे मलके शुष्क और कठोर हो जानेपर उसका

मार्ग एक ओरसे रुक जाने या अन्त्रोंके निम्न भागके शक्ति हीन होने या कुसमय शोचको जानेसे अन्त्र सिकुड़ने और फैलनेके कर्तव्यसे वंचित होनेपर मलको-दवाकर बाहर निकालनेमें असमर्थ होने या अर्शादिकी पीड़ा या तीक्ष्ण रेचक पदार्थोंका सेवन करने, या क्षुधाका ज्ञान होनेपर भोजन न करने, या किसी स्त्रीका स्वास्थ्य ठीक न होनेपर कई बालक होने, या शरीरकी नाडियोंके निर्वल होने, या दूध ( Douche ) का प्रयोग करने इत्यादि, इत्यादि ।

कोष्ठ-वद्धके होनेपर बहुधा विष्टा कठोर मैला और बड़े दुःखसे त्यागा जानेवाला होता है । प्रायः कोष्ठ-वद्धके होनेपर मलके एत्रक होनेके कारण उदरपर सूजन हो जाता है । साधारणतः कोष्ठ-वद्धकी उपस्थितिमें पीड़ाका अनुभव होता है जिसका विशेष कारण पेरीटोनाइटिस या अन्त्र-पुच्छल रोगका होना है । कोष्ठ वद्धकी दशामे शरीरमें चैतन्यताके स्थानमें आलस्य रहने लगता है, उदर भारी और कठोर प्रतीत होता है, जिह्वापर मल एकत्र हो जाता है, श्वासमें बाधा उपस्थित होती है, मुखका स्वाद विगड जाता है, क्षुधाका ज्ञान नहीं रहता, और बहुधा शिर पीड़ाका अनुभव होता है । इसके अतिरिक्त शरीरमें रक्तका अभाव और निर्वलता हो जाती है, और रोगीकी स्मरण शक्तिमें कमी या उसको उन्माद सरीखा कोई रोग हो जाता है । कोष्ठ-वद्धकी भयङ्कर दशामे अन्त्रमें अधिक दाह होनेके कारण विष्टेकी लेडीका आकार बहुत छोटा होता है और उसके ऊपर श्लेष्म लगा होता है ।

कोष्ठ वद्धकी चिकित्सार्थ उदरपर ताप और बन्धनोका रोगकी अवस्थानुसार प्रयोग होना चाहिये । इसमें कोई सन्देह नहीं कि कोष्ठ-वद्ध एक बहुतही दारुण रोग है और जिसके शरीरमें यह व्याधि कुछ अधिक समयतक स्थान पा जाती है उसका बहुतही कठिनतासे पीड़ा छोड़ती है । परन्तु हमें इस बातका अभिमान है कि जिस दिनसे हमारी चिकित्सा और सूक्ष्म फलोका आहार प्रारम्भ होता है उसके एक, दो दिन उपरान्त उसी प्रकार कोष्ठ-वद्धसे रोगी कष्ट नहीं पाता जैसे सप्त्रहणीके रोगीको अतिमारका दौरा नहीं होता, किन्तु फिरभी इतनी बात है कि यदि यथेष्ट समयतक चिकित्सा और प्राकृतिक आहारका क्रम नहीं रक्खा जाय तो पुनः कोष्ठ-वद्ध अपनी वही दशा धारण कर लेता है । अतः कोष्ठ वद्धके रोगीको निरन्तर उस समयतक सूक्ष्म रसीले फलोपर निर्वाह करके चिकित्सा करना आवश्यक है जबतक कि रोगका पूर्णतः इति न हो जाय ।

अवतक हमारी चिकित्सामें अगणित कोष्ठ-वद्धके रोगी आचुके हैं । परन्तु आज पर्यन्त ऐसा कोईभी रोगी नहीं है जिसको हमारी चिकित्सासे पहिलेही सप्ताहमें लाभ न पहुंचा हो । क्योंकि सूक्ष्म फलोके आहारसे पुरानेसे पुराना कोष्ठ-वद्धभी अति शीघ्र दूर होने लगता है । हमको भयङ्कराति भयङ्कर कोष्ठ-वद्धकी दशामेंभी जैसे डाक्टर कोहनी ने नीबू या दानेदार बालूके प्रयोगकी सम्मति दी है, किसी रेचक औषधिकी शरण नहीं लेनी पड़ी । हमारे उन रोगियोंकोभी जो तीव्र ज्वरके कारण निमोनिया या मोतीझरेकी दशामे मलके शुष्क हो जानेसे ऐसे भारी कोष्ठ वद्धमें ग्रसित थे कि रेचकाति रेचक औषधियेभी उनकी अन्त्रसे बिष्टेका त्यागन न करासकीं, फलोका सेवन और ताप करतेही उस पीड़ा ( कोष्ठ वद्ध ) से मुक्त होने लगे । इसके अतिरिक्त हमारी एकही चिकित्सासे कोष्ठ-वद्धके रोगीको तो शौचसे निवृत्ति प्राप्त न होनेकी पीड़ाका दुःख नहीं होता और अतिसारके रोगीको अनेक बार शौच जानेका क्लेश नहीं रहता । इसके अतिरिक्त हमारी चिकित्सासे कोष्ठ-वद्धके रोगीको रेचक औषधियोंके समान कई बार शौचको जाने और तरल रूपका विष्टा त्यागन करनेका दुःखभी नहीं भोगना पड़ता ।

वास्तवमें सबसे पहिले हमारा डाक्टर कोहनीका मतभेद कोष्ठ-वद्धके कारणही हुआ था । क्योंकि उन्होंने अपनी एक पुस्तक 'साइन्स आव फेशियल एक्सप्रेशन' में एक स्थानपर एक कोष्ठ-वद्धके रोगीको नीबू और समुद्रका बालू देनेका कथन किया है, जिसका यही अर्थ नहीं है कि उन्होंने उस रोगीको पूर्ण रूपेण विष्टा न होनेपर औषधियोंकी शरण ली, प्रत्युत उन्होंने बुद्धिके विपरीत काम किया; क्योंकि बालू मिट्टी या पत्थर आदिमेसे कोईभी पदार्थ मनुष्यका आहार नहीं है । इसके अतिरिक्त बालू सेवन करनेसे हमारे आमाशय और अन्त्रादिपर जो घाव करनेवाला प्रभाव हो सकता है उसका वह मनुष्य भले प्रकार अनुभव कर सकते हैं, जिनके हाथ कुछ समयतक बालूका स्पर्श करनेसे छिल जाते हैं, या जिनका शरीर बालूमें लटनेसे फट जाता है ।

यदि डाक्टर कोहनी कोष्ठ-वद्धमे नीबू और बालू सरीखे अप्राकृतिक पदार्थोंकी सम्मति न देते तो कदाचित हम बहुत समयतक उनकी चिकित्साको उपयोगी समझकर उस भ्रममें पड़े रहते । किन्तु यह हमारा सौभाग्य था कि हमको यह बात खटकी कि नीबू हमारे दातोंको खटा प्रतीत होनेसे हमारी

प्रकृति उसके सेवन करनेकी आज्ञा नहीं देती, और बालू हमारे दांतोंको किर्किरा और मसूडोंको छीलता हुआ दीखता है; इस लिए प्रकृति उसके दोषोंसेभी हमें सावधान करती है । इसके उपरान्त जब एक बातमें हमारा डाक्टर कोहनीसे मतभेद हो गया तो धीरे, धीरे अन्य बातोंमेंभी अन्तर होने लगा । क्योंकि फिर हमको डाक्टर कोहनीकी चिकित्सामें विश्वास न रहनेके कारण हमने अपनी बुद्धिसे ' प्राकृतिक चिकित्सा ' और ' प्राकृतिक आहार ' की खोज करना आरम्भ करदी ।

कोष्ठ-वृद्धके अनेक रोगियोंका अन्य रोगोंके साथ कथन हो चुका है, इस लिए यहाँपर किसी रोगोंका विवरण लिखना व्यर्थ है । परन्तु फिरभी हम कुछ कथन करतेही हैं ।

सन् १९२३ ई०के अन्तमें बम्बईके स्थानपर हमारी चिकित्सामें एक सेठजी आये थे । उनकी शिर पीड़ाके विषयमें हम १८८ पृष्ठपर कथन कर चुके हैं । उस शिर पीड़ाका वास्तविक कारण उनका कोष्ठ-वृद्धसे पीड़ित होना था । इस लिए हम चाहते थे कि उनकी चिकित्सा नियम पूर्वक की जाय, किन्तु उन्होंने उस दिनके उपरान्त, जिस दिन कि स्टोवका तैल समाप्त होजानेपर उनको ताप पहुंचाना बन्द कर दिया गया था प्राय एक मासतक ज्वर, शीत ( जुकाम ), शिर पीड़ा और कोष्ठ-वृद्धसे अति दुःख पाते हुएभी हमारी सम्मतिपर ध्यान न देकर चिकित्सा नहीं की । अतः हमनेभी कुछ कहना छोड़ दिया । अन्तमें जब वह बहुत दुःखी होगये और उन्होंने हमारी चिकित्सासे कई रोगी आरोग्य होते देख लिये तो डेसेम्बर सन् १९२३ ई० में हमारी चिकित्सा आरम्भ की, जिससे उनकी समस्त व्याधियां दूर हो गयीं, और उनको हमारी चिकित्सामें इतना विश्वास हो गया कि वह पहिली जेन्वरी सन १९२४ ई० को अपनी उस गृहणीकी चिकित्सार्थ आगरे ले गये, जिसका कथन हमने २१० पृष्ठपर किया है । किन्तु हमें खेद यह है कि उन्होंने रोगका वीर्य नाश होनेसे पूर्व आगरे पहुंचकर अर्थात् केवल पच्चीस दिन चिकित्साकरके छोड़दी। इसीसे यद्यपि उन्हें उस समय कोई दुःख नहीं था, परन्तु चार मासके उपरान्त बम्बई पहुंचनेपर कुछ पीड़ाका अनुभव होने लगा । किन्तु फिरभी हमको यह जानकर सन्तोष है कि वह हमारी चिकित्सामें पूर्ण विश्वास रखते हैं । इसके अतिरिक्त यद्यपि हम २१२ पृष्ठपर उनके उस व्यवहारकी निन्दा कर चुके हैं जो कि उन्होंने हमारे आगरेसे चलते समय रेलका भाड़ा न देकर किया था, तथापि हम इस लिए सन्तुष्ट हैं कि उन्होंने

हमारे एक मित्रके कहनेपर कुछ दिन उपरान्त रेल भाड़ाही नहीं दिया था, प्रत्युत कुछ भेटभी की थी, और निरन्तर हमारा मान करते रहे; जब कि एक अन्य महाशय द्वारा जो कि हमारे एक मित्रके सेही थे, जिनके छाजन और नेत्र रोगके अतिरिक्त उनकी स्त्रीके हिस्टेरिया रोगके दूर करनेके प्रसादमें कृतज्ञताके साथ धन या मानके स्थानमें गालियोंका पुरस्कार दिया गया था । इसीसे जबसे हमने अपनी स्वार्थ रहित सेवाके स्थानमें उन महाशयका यह नीच व्यवहार देखा तभीसे हमारी आंखें खुलीं और हम उन्हीं सेठजीको, जिनसे आगरेसे चलते समय रेलका भाड़ा न प्राप्त होनेपर हमारा हृदय खिन्न हो गया था, बहुत उच्च दृष्टिसे देखने लगे । क्योंकि यद्यपि उनसे उस समय रेलका भाड़ा नहीं प्राप्त हुआ था तो वह कमसे कम हमारा आदर तो करतेही थे; और यही कारण है कि हम पुनः उनकी हृदयसे सेवा करनेको प्रस्तुत हो गये, और उन महाशयके लिए हमको निम्न कविता लिखनी पड़ी:—

चश्म उसके मिटगये क्या, देख मालो जाहको ?  
 है जो समझा वह मसावी, कोह और यक काहको ।  
 करके पसगीवत हमारी, क्या करेगा वह उदू ?  
 पीठ पीछे गालियां, देते हैं बुजदिल शाहको ।  
 भूलकर अहसां हमारे, वह कमीना आज दिन,  
 जा रहा है बांकपनसे, क्या यह तिछीं राहको ?  
 कश्तिये ऐमाल उसकी, गर्क होगी बीचमे,  
 ताकता रह जायगा वह, दूर बन्दरगाह को ।  
 होके ज़रा खाकका, मग़स्तर ' कर्नल ' क्या हुआ ?  
 देता है इल्ज़ाम जो वह, आज शम्शो माहको ।

### डिसेन्ट्री Dysentery.

**डि**सेन्ट्रीका दूसरा नाम रक्त प्रवाह ( Bloody flux ) भी है; और वह एक सक्रामक रोग है, जो कि अन्त्रके निम्न भागमें दाह अथवा पावके रुसे किसी स्थानीय घावके साथ होता है ।

डिसेन्ट्रीकी उत्पत्ति निस्सन्देह प्रत्येक स्थानपर हो सकती है । परन्तु उसके होनेके अनेक कारण हैं, और कभी यह केवल किसी विशेष व्यक्तिहीको होता है, और कभी

वह अन्य संक्रामक रोगोंके समान फैलती है । भोजन नालीमें साधारण किसी तीक्ष्ण पदार्थ या हेतुसे श्लेष्म और घाव हो जानेपर धीरे, धीरे डिसेन्ट्री हो जाती है । एक विशेष जातिकी डिसेन्ट्री किसि, किसी स्थानके वायु मण्डलमें एक विशेष जातिके परमाणुओंके उपस्थित होनेका कारण होती है । इसके अतिरिक्त जन्तु वर्ग तथा वनस्पति वर्गके कीट शरीरमें पहुंचनेका परिणाम डिसेन्ट्री होता है । प्रायः शीत-ज्वरकी दशामें बारीसे आनेवाले ज्वर ( Intermittent fever ) के साथ डिसेन्ट्रीके होनेके विषयमें अनेक विद्वानोंके अनेक मत हैं । परन्तु हमारे अनुमानसे प्रत्येक तीव्र ज्वरमें उसकी तीक्ष्णता वश भोजन नालीमें घाव होनेसे दूषित पदार्थोंका संसर्ग होनेपर डिसेन्ट्री हो सकती है । इसीसे तांत्रि ज्वरसे पीडित रोगियोंके ऐसे ज्वलन्त उदाहरण मिलेगे, जिनको ज्वरके साथ अति-सार अर्थात् डिसेन्ट्री उपस्थित होती है । प्रायः कुछ विशेष कोमल अथवा दूषित शरीरके मनुष्यको वायु मण्डल और पृथ्वीके तीक्ष्ण तापसेभी डिसेन्ट्री हो जाती है, किन्तु उक्त कारणसे कभी डिसेन्ट्री संक्रामक रूपसे नहीं फैलती है । डिसेन्ट्रीका समुदाय विशेषमें फैलनेका कारण अस्वच्छ जल-वायु, अनुचित और क्षुधाकी पूर्ति न करनेवाला भोजन, अपक्व फल, मदिरापानकी अधिकता और ऊष्णकालमें शीत लगना या कोष्ठ-वद्ध अथवा अन्य किसी अन्न व्याधिसे पीडित होना अथवा रक्तका दूषित होना है ।

विशूचिकाके दिनोंमें प्रायः विशूचिकाके रोगियोंके साथ रहनेसे यदि विशूचिका नहीं होता है तो डिसेन्ट्रीके होनेकी सम्भावना हो सकती है और डिसेन्ट्रीका प्रभाव होनेपर उससे किसी समय विशूचिकाभी हो सकता है ।

डिसेन्ट्रीकी अनेक जातियाँ हैं । इसीसे शीतज्वरके साथ होनेवाली डिसेन्ट्रीको मेलेरियल डिसेन्ट्री, रक्तके दूषित अर्थात् स्कर्वी ( Scurvy ) रोगके कारण होने वाली डिसेन्ट्रीको स्कारव्यूटिक डिसेन्ट्री ( Scorbutic dysentery ), और डिसेन्ट्रीके समस्त लक्षण उपस्थित होनेपर उसे मेलिगनेन्ट डिसेन्ट्री ( Malignant dysentery ) कहते हैं ।

स्कारव्यूटिक डिसेन्ट्रीमें कभी, कभी शौचके साथ आपत्ति जनक रक्त प्रवाह हो जाता है, किन्तु मेलिगनेन्ट डिसेन्ट्री उससेभी अधिक भयानक है ।

प्रायः शौच जानेपर विष्टे द्वारा निकलनेपर डिसेन्ट्रीके विषयमें कभी होनेसे पीडामें

न्यूनता हो जाती है; और कभी, कभी कुछ दिनमें ऐसा प्रतीत होता है कि डिसेन्ट्री स्वमेव जाती रहती है, प्रत्युत जातीभी रहती है; किन्तु यदि उसका कुछभी अंश उपस्थित होता है तो कुपथ्यसे या अन्य किसी कारण वश वह प्रगट हो जाती है, वरन् किसी, किसी समय ऐसे रूपमें प्रतीत होती है कि अपनी दाहकी तीक्ष्णतासे वह भोजन नालीकी समस्त भीतको खा जाती है जिससे अन्त्रमें छिद्र हो जाता है और पेरीटोनियमकी दाह होनेसे भयङ्कर रूपसे रक्त प्रवाह होने लगता है । डिसेन्ट्रीके दूर होनेपर प्रायः अन्त्रके आरोग्य हुए, हुए घावोंके कारण अन्त्रमें बाधा उपस्थित हो जाती है । डिसेन्ट्रीके कारण यकृतका फोड़ा बहुतही कम होता है ।

डिसेन्ट्री अनेक भयङ्कर श्रेणियोंमें होनेसे उसके लक्षण प्रत्यक्ष अनुभव होते हैं किन्तु विशेष लक्षण यह हैं कि रोगीके शरीरमें शिथिलता, क्षुधामें अत्यधिक न्यूनता और अतिसारके, दौरोके साथ रोगका प्रारम्भ होता है, और धीरे, धीरे अतिसार भयङ्कर रूप धारण करता जाता है, और उदरमें मसोसनेवाली पीड़ा- (Tormina) का अनुभव होता है । रोगीकी अन्त्र अपने नियमित कर्तव्यका पालन करना त्याग देती हैं, जिससे निम्न भागमें पीड़ाका ज्ञान होते हुए इतना अधिक भार (Tenesmus) प्रतीत होता है कि रोगीको निरन्तर बारम्बार शौच जानेकी इच्छा होती है । किन्तु शौच जानेपर निवृत्ति प्राप्त नहीं होती, क्योंकि रोगके आदि कालमें अतिसारमें आनेवाले मलके समान विष्टा होता है और धीरे, धीरे दाहकी वृद्धि होनेपर विष्टेका आकार छोटा होता जाता है और उसके साथ श्लेष्म आने लगता है, और उसके पश्चात् दाहके अत्यधिक हो जानेपर विष्टेके स्थानमें केवल रक्त या अन्त्रकी झिल्ली कठ, कटकर आने लगती है । रोगीके विष्टेमें एक विशेष रूपकी दुर्गन्धका अनुभव होता है । यद्यपि रोगके आरम्भ कालमें शारीरिक बाधाएं बहुत न्यून होती हैं, परन्तु ज्यों, ज्यों रोगकी वृद्धि होती जाती है त्यों, त्यों वह बढ़ती जाती है, और ज्वरके लक्षण प्रतीत होनेके साथ, साथ अधिक प्यास तथा सूत्र त्यागनमें कमी और पीड़ा होने लगती है । इसके अतिरिक्त नाटियां शिथिल हो जाती हैं और रोगी अपने जीवनसे हताश होनेके कारण दिनोदिन अव्योगतिको प्राप्त होता जाता है; और ऐसी दशामें यदि बढ़ते हुए रोगकी चिकित्सा न की जाय तो कभी, कभी एकमे तीन सप्ताहकमें रोगीकी मृत्यु हो जाती है । किन्तु प्रायः अनेक औषधियों द्वारा रोगकी भयङ्करावृत्ति दूर होनेपर वह मन्द रूप धारण कर लेता है, जिससे घुल, घुलकर अति

पीडाको सहन करते हुए रोगी वर्षोंमें मृत्युको प्राप्त होता है। वास्तवमें डिसेन्ट्री और अतिसारमें बहुतही थोड़ा अन्तर है। इसलिए डिसेन्ट्रीकीभी अतिमारके समानही चिकित्सा होनी चाहिये। केवल इतनी बात अधिक है कि डिसेन्ट्रीके रोगीकी गुदा और पेड़परभी ताप पहुंचानेकी आवश्यकता है।

डिसेन्ट्रीकी दशामे यदि क्षुधाका ज्ञान हो तो केवल अनार या अन्य सूक्ष्म, अनुत्तेजक और रसीले फल देने चाहिये, और प्यासके लगनेपर गुनगुना उष्ण जल देना चाहिये।

### अन्त्र उतरना Hernia or rupture.

**ह**र्नियाका वास्तविक अर्थ किसी अवयव या उसका कोई भाग उस शून्य स्थानमें जो उसको रोके हुए है उसकी भीतमें घुस जाना है। अतः खोप-डीमें भारी चोट लगनेसे यह रोग मस्तिष्कमें (Hernia of the brain) हो जाता है, और छातीमें चोट लगनेसे यह पीड़ा (Hernia of the lung) फुफ्फुसमें हो जाती है। परन्तु उक्त पीड़ाओंके बहुत कम होनेसे हर्निया शब्दका प्रयोग अन्त्र उतरने—(Hernia of the bowel) के लिएही होता है।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि कदाचित् यकृत (Liver) और पेनक्रियाज—(Pancreas) के अतिरिक्त आमाशय, वृक्क, योनि, मूत्राशय और गर्भाशय आदि उदर सम्बन्धी समस्त अवयव किसी शून्य स्थानमें उतरकर हर्नियाके हेतु हो सकते हैं, परन्तु अधिकांश अन्त्र उतरनेपरही हर्निया रोग हुआ करता है।

अन्त्र उतरनेवाले हर्निया रोगकीभी अनेक जातियाँ हैं। किन्तु उनमेंसे इनगुइनेल हर्निया (Inguinal hernia) और फेमोरेल हर्निया (Femoral hernia) विशेष जातिमेंसे हैं। इसके अतिरिक्त अनायास उदरमें किसी ऐसे घावके चिन्ह—(Scar), जो शल्य क्रियाके प्रयोगसे होता है, के फटनेपर हर्निया होनेसे, उसे वेन्ट्रल हर्निया (Ventral hernia), और बहुत कमीके साथ ओबट्यूरेटर हर्निया (Obturator hernia) होता है। अपरञ्च छोटे और प्रायः निर्बल बालकोको अम्बिलीकल हर्निया (Umbilical hernia) हो जाता है, और कुछ मनुष्योंको जन्मकालसेही हर्निया होता है, जिसे कोनजेनीटल हर्निया (Congenital) कहते हैं।

हर्निया होनेके दो विशेष कारण हैं। प्रथम तो यह कि उदरकी भीतमें कोई





( Reducible hernia ), दूसरी इरिड्यूसिबिल हर्निया ( Irreducible hernia ), तीसरी ओब्स्ट्रक्टेड ( Obstructed hernia ), और चौथी स्ट्रेंगुलेटेड हर्निया ( Strangulated hernia ) है ।

रिड्यूसिबिल हर्नियाकी दशामे जिस शून्य स्थानमे अन्त्र उतरती है उसको दवानेपर फिर अन्त्र उदरमें लौट जाती है, किन्तु यदि उसका मार्ग न रोका जाय तो वह पुनः उतर आती है, इरिड्यूसिबिल हर्नियाके होनेपर अन्त्रके किसी शून्य स्थानमे उतरनेपर उसमे पहुंच कर या तो उसके वृद्धिको प्राप्त हो जाने या उसमें बहुतायतसे चर्बीके एकत्र हो जाने, या चारोओरकी भीतसे उसके जुड़ जानेपर होती है; ओब्स्ट्रक्टेड हर्नियाके होनेका कारण यह है कि किसी शून्य स्थानमें उतरी हुई अन्त्रमे उपस्थित विद्युत उस स्थानपर अटक जानेसे कुछ समयतक बाहर नहीं निकलता है और उस स्थानमे कोष्ठ-वद्धकी पीड़ा होती है, और स्ट्रेंगुलेटेड हर्निया वह है, जिसमें अन्त्रके किसी शून्य स्थानमें उतरनेके उपरान्त या तो अन्त्रके वृद्धिको प्राप्त होने या उस शून्य स्थानका मुख सिकुड़नेके कारण अथवा अन्त्र या उस स्थानमे दाहके हेतु सूजन आजानेसे उतरी हुई अन्त्र उस शून्य स्थानके किनारोसे भिन्ननेपर कटने लगती है और रक्त सञ्चारमें बाधा उपस्थित हो जाती है, इस लिए इस प्रकारका हर्निया होनेपर अन्त्रका उतरा हुआ भाग मृत प्राय ( Gangrenous ) हो जानेसे बहुधा यदि समयपर चिकित्सा न हो तो कुछही दिनमें रोगी मृत्युको प्राप्त होता है ।

हर्नियाके अधिकांश लक्षण तबतक नहीं जाने जासकते जबतक कि यह ज्ञान न हो कि कौनसा अवयव कौनसे शून्य स्थान में उतरा है और उस शून्य स्थानका मुख कितना बड़ा है । रिड्यूसिबिल हर्नियाकी दशामें प्राय किसी अधिक भारके उठानेपर हर्निया होनेवाले व्यक्तिको किसी कड़कनेवाले शब्दका अनुभव होता है, जिससे यह समझना चाहिये कि किसी शून्य स्थानका मुख खुल गया है, परन्तु ऐसी दशामें पीड़ाका अधिक ज्ञान नहीं होता है । बहुधा हर्निया धीरे, धीरे हुआ करती है और प्रत्यक्ष रूपसे प्रगट नहीं होती है, इसीसे उस समयतक उसका ज्ञान नहीं होता जबतक कि वह पूर्णतः वृद्धिको प्राप्त न हो जाय । हर्नियाकी उपस्थितिमें एक विशेष प्रकारकी निर्वलता और यदा कदा पीड़ाका अनुभव होता है, और बलपूर्वक खासने, शौचके समय किञ्चने और सामर्थ्यसे अधिक भार उठानेपर हर्नियाके स्थानपर सूजन हो जाता है और गुड़गुड़ाहटका ज्ञान होता है । किन्तु रोगीके

लैटनेपर शरीरके अन्य अवयवोंका दबाओ पड़नेसे इस प्रकारकी गुड़गुड़ाहट बन्द हो जाती है । यदि अन्त्र अधिक नीचे उतरी हुई नहीं होती है तो सूजनके स्थानपर हाथ रक्खनेसे खासनेवाले रोगीकी खासीका एक विशेष रूपसे अनुभव होता है । साधारणसे साधारण हर्नियाकी उपस्थितिमेंभी पाचनमें विकार और कोष्ठ-बद्ध रहने लगता है । इरिड्यूसिविल हर्नियाकी दशामे कोई अधिक अन्तर प्रतीत नहीं होता है । केवल उतरी हुई अन्त्रके दबानेसेभी उसके उदरमेंको न लैटनेपर उसका ज्ञान होता है । स्ट्रैंगुलेटेड हर्नियाके लक्षण बहुतही प्रत्यक्ष होते हैं । क्योंकि उसकी उपस्थितिमें रक्त सञ्चारके रुकनेपर हर्नियाके स्थानपर सूजन बढ़ता रहता है और कुछ घण्टेतक असह्य पीड़ाका ज्ञान होनेपर अन्त्रका वह भाग मृत प्राय होनेके अर्थसे पेरीटोनाइटिसका हेतु होता हुआ मृत्युका कारण होता है । इसके अतिरिक्त अन्त्रमें विद्युत निकलनेका समस्त मार्ग रुक जानेसे मल प्रतिकूल दिशामें अर्थात् आमाशयकी ओरको लैटने लगता है, जिससे विद्येकी वमन होने लगती है । अतः एकैक उदरमें शूल होना, अन्त्रका मार्ग रुक जाना और वमन होना हर्निया होनेके विशेष चिन्ह हैं । किन्तु यदि हर्निया नभी हो तो उक्त तीनों लक्षणोंके उपस्थित होनेपर रोगीको उपेक्षासं काम न लेना चाहिये ।

हर्नियाकी चिकित्सामें बहुतही वैयर्थ और समयके अतिरिक्त इस बातकी आवश्यकता है कि रोगीको पूर्ण विश्राम दिया जाय । प्रत्युत यथा शक्ति उसको अधिक समय लेटेही रहना चाहिये । इसके अतिरिक्त रिड्यूसिविल हर्नियाकी दशामे ट्रस ( Truss ) अर्थात् पेटीका लगाना उस समयतक आवश्यक है जबतक कि पूर्ण रूपेण रोग दूर न होले । किन्तु इरिड्यूसिविल हर्नियाकी उपस्थितिमें उस समय ट्रस प्रयोग करनेकी आवश्यकता है जबकि वह चिकित्सा द्वारा अन्त्रके घट जाने या उसकी चर्चा घट जानेपर रिड्यूसिविल हो जाय । उदर सम्बन्धी हर्नियाकी चिकित्सार्थ उदर और अन्त्र उतरनेके स्थानपर साधारणतः नित्य दो बार एक एक घण्टे ताप पहुंचाना योज्य होता है, किन्तु ओन्मस्क्रेटेड या स्ट्रैंगुलेटेड अववा अन्य किसी प्रकारकी तीव्र हर्नियाकी दशामे रोगकी तीव्रतावस्थानुसार दाह और पीड़ाका इति करनेके लिए अधिक समयतक और कई बार रोगीको ताप पहुंचाना चाहिये ।

उतरी हुई अन्त्र शून्य स्थानको दबाकर लैटनेपर यदि ट्रस द्वारा रोक दी जाय और रोगी पूर्ण विश्राम और पथके नाथ सूझ रसीके फलोंके आहारपर निर्वाह

करे तो धीरे, धीरे उस शून्य स्थानका मुख सिकुड़कर अपनी प्राकृतिक आकृति धारण कर लेता है, जिससे पूर्ण रूपेण उसी प्रकार हर्नियाका इति हो जाता है जैसे अधिक समयतक वालिया न पहनेके कारण छेदे हुए कानोके छिद्र बन्द या छोटे हो जाते हैं । किन्तु विश्राम न लेने और गरिष्ठ पदार्थ सेवन करनेसे निरन्तर अन्त्रका भार शून्य स्थानके मुखपर रहनेसे उसे उसी प्रकार सिकुड़ने या बन्द होनेका अवकाश नहीं मिलता जैसे कानके छेदे हुए छिद्र निरन्तर वालिया या तृणके पहनेसे बन्द या छोटे होनेको असमर्थ होते हैं ।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि हर्नियाकी प्रत्येक जातिके रोगीको विश्राम और पथ्यसे रहनेपर पूर्ण लाभ होसकता है । किन्तु जब अधिक अन्त्र उतर आती है तो शून्य स्थानोके मुख इतने खुल जाते हैं कि उनके सिकुड़नेके लिए कई वर्ष चाहियें । इसीसे केवल वही रोगी हमारी चिकित्सासे लाभ उठा सकते हैं, जा धैर्यके साथ पूर्ण विश्राम लेते हुए सूक्ष्मातिसूक्ष्म, रसीले सुपाच्य और अनुतेजक फलोपर वर्षों विवाह कर सकते हैं । किन्तु हर्नियाके आरम्भ कालमें चिकित्सा करनेसे कभी, कभी हमारी चिकित्सासे इतनी शीघ्रतासे लाभ होता है कि रोगी चकित हो जाता है ।

हर्नियाके रोगीको दौड़ना, उछलना, कूदना, बलपूर्वक चिल्लाना, हंसना गाना, घोड़ेपर चढ़ना, मैथुन करना, अधिक समय बैठना या खड़े रहना अथवा अन्य कोई कड़ा कार्य करना सर्वथा वर्जित है ।

हर्नियाका एक रोगी सन् १९१८ ई० में हमें दिल्लीमें मिलाथा । वह एक बीस वर्षीय कालिजका विद्यार्थी था । उसके दाहिने अण्ड-कोषमें हस्त-मैथुन करनेके कारण इनगुइनेल केनालके मुखपर चोट लगनेसे अन्त्र का कुछ भाग उतरनेके कारण इनगुइनेल केनालपर सूजन और दवानेपर पीड़ाका अनुभव होता था । इसके अतिरिक्त उसका वह अण्ड-कोष कुछ वृद्धिकोभी प्राप्त होगया था । अतः हमने प्रति दिन दो बार डेढ़, डेढ़ घण्टे प्रदाहित स्थानपर ताप पहुंचाने और एक सप्ताहतक शय्यापर विश्राम करनेकी सम्मति दी, जिससे केवल तीन दिनमें उसकी पीड़ा लुप्त हो गयी और प्रायः पाच दिनमें अण्ड-कोष अपनी उचित दशामे आगया । उस रोगीको आहारके निमित्त हमने केवल अनार दिये थे ।

एक हर्नियाका रोगी सन् १९१६ ई० में हमको लखनऊमें मिला था । उसकी

आयु प्राय तीस वर्षकी थी, उसको प्राय दो वर्षसे रिड्यूसिबिल हर्निया हो गया था । किन्तु वास्तवमें रोगका मूल कारण मासादि सरीखे गरिष्ठ पदार्थोंके आहारसे कोष्ठ-वद्धसे पीड़ित रहना था । हमने उस रोगीको नित्य दो बार एक, एक घन्टे उदर और हर्नियाके स्थानपर ताप पहुंचाने, चौबीसों घन्टे दूस प्रयोग करने, यथा शक्ति विश्राम लेने और सूक्ष्म रसीले फल सेवन करनेकी सम्मति दी थी । फलतः छः मासमे उसको बहुत कुछ लाभ हो चुका था और एक वर्षमे पूर्ण लाभ हो जानेपर उसने दूसका प्रयोग बन्द कर दिया था । हम उस रोगीके उस पत्रकी प्रति लिफि जो उसने हमको छः मास चिकित्सा करनेके उपरान्त लिखा था निम्नमें देते हैं:—

जनावे वाला आदाब अर्ज,

आपका शफकत नामा मोसूल हुआ लेकिन ताखीरे जवाबका वाइस यह है कि करीब एक हफ्तेके हुआ कि मैं एक मौजअमे बगरज तहसील वाबत फसल खरीफ गया हुआ था पस मुआफीका ख्वास्तगार हूँ । इसमे कोई शक नहीं कि अभी मेरे मर्जमें करीबन निस्फके इफ़ाका हो चला है, मगर अभी कुल्ली सेहत होनेमें जरूर कुछ देर है । लेकिन चाहेभी कुछ हो मुझे यकीन कामिल है कि जरूर आपके तरीकए इलाजसे एक दिन यह मूजी मर्ज दफा होगा । क्योंकि मैं मुख्तलिफ अमराजके कई मरीजोपर आपके तरीकए इलाजकी आजमा-यश कर चुका हूँ । वाकई जिस तरह पारससे आशना होनेपर आहनभी कुन्दन में तबदील हो जाता है उसी तरह आपके तरीकए इलाजसे वाक़फियत होनेपर जुजा-मीभी अपने मर्जसे निजात हासिल करके आरामसे जिन्दगी वसर करता है । हकीकतन अगर मेरे दिलसे दर्यापत किया जाय तो मैं आपके तरीकए इलाजको पारससे कहीं वेश कीमत तसव्वुर करता हूँ क्योंकि पारससे महज़ लोहाही कुन्दन हुआ करता है और आपके उसूले इलाजसे हर मर्जमें मुव्तला मरीजको फायदा पहुंचता है । इसके अलावा तन्दुरुस्तीकी कीमतसे कोई शै मुकाबला नहीं कर सकती ।

आपने जो 'प्राकृतिक विज्ञान'-में तबअ होनेके लिए मुझे अपनी नीज जिस, जिस मरीजका मैंने आपके तरीकेसे इलाज किया है उसका मुशर्रह हाल तहरीर करनेको इर्शाद किया है, उसके बारेमें मअद्वाना इल्तमास यह है कि आजकल वः वाइस तहसील करने वकायाके मैं इस कदर अदीमुलफ़र्सत हूँ कि अपना इलाजभी बढ़ी

मुश्किलसे जारी रख सका हूँ । पस इन ऐयामके गुजर जानेपर मैं आपकी खिदमत-में तमाम रिपोर्ट तहरीर करके इर्साल कर दूंगा ।

कारे लायकासे विला तकल्लुफ याद फर्मायिये ।

आपका तावअदार,

N. A J

### त्वचा एवं अन्त्र-कीट Parasites.

**पे**रेसाइटका वास्तविक अर्थ उन कीटाणुओंसे है जिनका निर्वाह हमारे शरीर द्वारा होता है, और जिनसे हानिके अतिरिक्त कोई लाभ नहीं होता । पेरेसाइट नामके कीटाणुओंकी अनेक जातियां होती हैं; जिनमेंसे कुछ हमारे शरीरके ऊपर और कुछ भीतर होती हैं । शरीरके ऊपर होनेवाले पेरेसाइट खुजली आदिके अतिरिक्त अन्य कोई विशेष हानि नहीं पहुंचाते हैं, परन्तु शरीरके भीतर होनेवाले पेरेसाइट विशेष कर अन्त्र-कीट कभी, कभी बहुत भयानक रूप धारण करते हैं । इसीसे हम यहांपर त्वचापर होनेवाले कीटाणुओंकी अपेक्षा अन्त्र-कीटको अधिक महत्त्व देते हैं ।

त्वचाके पेरेसाइट बहुधा स्नान करने, अपवित्र वस्त्र धारण करके त्वचाको अस्वच्छ रखने, अस्वच्छ मनुष्योंसे ससर्ग करने या आवश्यकतानुसार त्वचाको स्वच्छ न करनेसेही होते हैं । इसके अतिरिक्त शरीरसे तैल लगानेसेभी इनकी उत्पत्तिमें इस लिए सहायता मिलती है कि तैलके कारण वायुमें उड़नेवाले विकृत पदार्थ त्वचापर जम जाते हैं । अपरुच दूषित पदार्थोंका आहार करनेसे अत्यधिक दूषित श्वेदके निकलनेपर त्वचाके अस्वच्छ हो जानेके कारणभी त्वचा कीटोंकी उत्पत्ति हो जाती है ।

त्वचापर उत्पन्न होनेवाले कीट त्वचाके लोम कोषोंमें अपना घर बनाते और अण्डे देकर वृद्धिको प्राप्त हुआ करते हैं, जिससे त्वचापर दाद, छाजन और खुजलीके रोगोंका अनुभव होता है । यह त्वचा-कीट इतने सूक्ष्म होते हैं कि बिना अणु-वीक्षण यन्त्रके नग्न नेत्रसे दृष्टिगोचर नहीं होते । परन्तु कुछ त्वचा-कीट ऐसेभी होते हैं, जिनको हम बिना किसी यन्त्रकी सहायताके नग्न नेत्रोंसे देख सकते हैं । ऐसे त्वचा-कीट जूं या जम-जू आदिकी जातियोंमें से होते हैं ।

ज आदि तो केवल शरीरको उष्ण जलसे भले प्रकार स्वच्छ कर देने या

दो, एक बार शिरपर दो, दो घण्टे निरन्तर वखों द्वारा ताप पहुंचानेपर दूर हो जाती है । किन्तु जमजूं या दाद, छाजन, खुजली, गज्ज अथवा अन्य त्वचा सम्बन्धी रोगोंकी दशामे रोगके दूर होनेके समयतक, शरीरके जिस स्थानपर त्वचा-कीटों द्वारा पीड़ाका अनुभव हो दिनमे दो बार निरन्तर दो, दो घण्टे ताप पहुंचाना चाहिये । इसके अतिरिक्त दाद, छाजन, खुजली और गज्जकी दशामे पीड़ित स्थानोंको खुला न रक्खनेके निमित्त, जिससे वायुके ससर्ग द्वारा रोगकी वृद्धि हो, ताप पहुंचानाके उपरान्त उष्ण मृत्तिकाके बन्धनका प्रयोग करना आवश्यक है । किन्तु जिस समय मृत्तिका शुष्क हो जाय तुरन्त सूखी हुई मिट्टी खोलकर पुनः दूसरी मिट्टी उष्ण करके बन्धनका प्रयोग करना चाहिये । ये बन्धन केवल उष्ण जल-ताप देते समयही त्वचापर न होने चाहियें । अर्थात् ताप देनेके समयको छोड़कर प्रत्येक समय त्वचापर जलयुक्त उष्ण मृत्तिका बन्धनोंका प्रयोग होना चाहिये ।

त्वचाके उन रोगोंमें जिनकी उत्पत्ति दूषित आहारके कारण होती है, पीड़ित स्थानोंके अतिरिक्त उदर एवं छातीपर ताप पहुंचाने और रोगीको फलोंके आहारपर रक्खनेकीभी आवश्यकता है ।

अन्त्रमे कीटाणुओंके जन्म लेनेके उपरान्त कभी, कभी रोगीको बहुत कष्ट होता है और प्राणोपर वन जाती है । क्योंकि कुछ अन्त्र-कीट ऐसी दुष्ट प्रकृतिके होते हैं कि अन्त्रमें गहरे घाव कर देते हैं और निरन्तर अन्त्र-छेदन करते रहते हैं । अन्त्र-कीटकी कोई, कोई जाति एक, एक फुट लम्बे आकारकी होती है, और कुछ जातियां बहुत छोटे आकारकी होती हुईभी नम्र नेत्रोंसे देखी जा सकती हैं । किन्तु अनेक जातियां ऐसे सूक्ष्माकारकीभी हैं, जिनको बिना सूक्ष्म-दर्शक यन्त्रकी सहायताके नम्र नेत्रोंसे नहीं देखा जा सकता ।

अन्त्र-कीटोंके साधारण छेदनमे जो पीड़ा होती है उसका हमको उसी प्रकार ज्ञान नहीं होता, जिस प्रकार मिर्चोंकी साधारण मात्रा सेवन करनेसे, कण्ठसे नीचे उतरनेके उपरान्त आमाशय और अन्त्रमें उनके तीक्ष्ण प्रभावका अनुभव नहीं होता, किन्तु बिना त्यागनेके समय जैसे फिर उन्ही मिर्चोंकी तीक्ष्णता गुदा द्वारपर प्रतीत होती है वैसेही वेत वर्ण अन्त्र-कीट जब गुदा द्वारपर आजाते हैं तो उनके छेदनसे होनेवाली पीड़ाका अनुभव हुआ करता है । इसीसे यह रोग बालकोंको बहुधा इस लिए बहुत दुःख देता है कि उनके गुदा-द्वारकी त्वचा बहुत कोमल होती है ।

अन्त्र-कीटकी उत्पत्ति होनेपर दिनमें दो या तीन बार दो, दो घण्टे निरन्तर, या जैसी आवश्यकता हो रोगीके उदरपर ताप पहुंचाना चाहिये, और रोगीको केवल रसीले फलोंपर रखना चाहिये । क्योंकि अन्त्रकीटकी उत्पत्ति बहुधा दूषित आहार और अजीर्णादिसे हुआ करता है । यदि आवश्यकता हो तो उदरके साथ, साथ गुदा-द्वारपर भी ताप पहुंचाना अच्छा है, और विशेषकर उन बाल-रोगियोंकी दशामें, जिनको गुदामे, अन्त्र कीट छेदन क्रियासे दुःख दे रहे हो । बालकोकी चिकित्सामें, यदि उनका आहार केवल माताका दूध हो, माताकोभी उदर ताप देना और रसीले फलोंपर निर्वाह कराना आवश्यक हो जाता है ।

जम-जुओसे पीड़ित एक रोगी सन् १९१७ ई० में हमको मुजफ्फरनगरमें मिला था । उसके नन्त्रोके पल्को, भवों, मूछों, बगलो, शिशनेन्द्रियके चारों ओर और शरीरके अन्य स्थानोपर जम-जुए तथा बहु सख्यक उनके अण्डे दृष्टिगोचर होते थे । वह अनेक बार शरीरके लोम मुड़ा चुका था, और अनेक तीक्ष्ण औषधियां भी प्रयोग करते, करते यत्न गया था । अन्तमें उसने हमारी सम्मति चाही । हमने उसको प्रति दिन दो बार टबमें बैठकर वाष्प निकलते हुए उष्ण जलसे निरन्तर दो, दो घण्टे स्नान और त्वचाको रगड़कर शुद्ध करने, और इस लिए कि उसके श्वेदमे बहुत अप्रिय गन्ध आती थी रसीले फलोंके सेवन करनेकी सम्मति दी, जिससे प्रायः एक सप्ताहमें उसका जम जुओसे पीछा छूट गया ।

छाजनका एक रोगी नोवेम्बर सन् १९२३ ई० को हमको बम्बईमें मिला था । उसके हाथके ऊपर निरन्तर छ वर्षसे छाजन थी । वह उसकी चिकित्सा करते, करते दुःखी हो गया था । किन्तु उसने कभी उसके विषयमें हमसे नहीं कहा था । परन्तु अनायास उसके हाथपर हमारी दृष्टि गयी और हमने उसपर पाले रङ्गकी चिकनी औषधि लगी देखकर उससे उसका कारण पूछा । अतः उसने समस्त गाथा कह डाली और हमने भी गर्वपूर्वक उसको उस दुष्ट रोगसे पीछा छुड़ानेके लिए प्राकृतिक चिकित्सा करनेके लिए कहा । उसने हमारी यह बात स्वीकार करली । किन्तु उसने फलोंपर निर्वाह करना न स्वीकार किया । परन्तु छाजन केवल त्वचा रोग है । इस लिए इसपर भी हमने उसकी चिकित्सा करना आरम्भ कर दिया । किन्तु यदि वह फलोंपर निर्वाह करके पूर्ण रूपेण अपनी चिकित्सा करता तो वह अपने चिरकालसे पीड़ा देने-वाले उपदश रोगसे भी सदाको मुक्त हो जाता । वह हमारे एक सेठ मित्रका प्रेमी



या । इस लिए प्रात और सायंक के समय हम स्वयं उसके घर जाकर प्रति दिन एक, एक घण्टा अपने हाथमें ताप पहुंचाकर बन्धनोंका प्रयोग करते थे । इस प्रकार छः दिन निरन्तर ताप पहुंचाने और मृत्तिकाके उष्ण बन्धनोंका प्रयोग करनेसे उसके हाथमें सदाको छाजन दूर हो गयी ।

ऐसेम्बर मन् १९२३ ई० के मध्यमें बम्बईमें एक किरानेका व्यापार करनेवाले बड़े भारी गेटमें, जो कि कई उदर व्याधियोंमें पीड़ित था, हमारे एक मित्रके कहनेपर हमारे चिकित्सा प्रारम्भ की । किन्तु वह अधिक समयतक फलोपर निर्वाह न कर सका । इस लिए ऐसेम्बरके भीतरही भीतर हमारी चिकित्साभी बन्द हो गयी । परन्तु दस, ग्यारह दिनमेंही उदरपर ताप करनेसे उसके बीस वर्षके ऐसे भैंसिया दाद जो उसको बहुत दुःख दे रहे थे और समस्त उदरपर छाये हुए थे सदाको विदा हो गये । परन्तु हमें खेद यही है कि हमने बिना कुछ लियेही उसकी चिकित्सा की इस परभा उसने उसगे दादोंका नाश करनेके अतिरिक्त विशेष लाभ नहीं उठाया । उसके उदरपर प्रति दिन दों बार दो, दो घण्टे तीक्ष्ण ( जो कि उसकी मर्त्ता थी ) उष्ण ताप दिया जाता था । इसीसे उसके उदरमें दादोंके विना होनेके अतिरिक्त उदरकी लचा जल जानेके कारण कृष्ण वर्ण हो गयी थी ।

रसील फलही बतलाये गये थे । परन्तु वह बहुत कृपण था, इस लिए यदा कदा वह गैहूका उबला हुआ दलियाभी दूधके साथ सेवन करलिया करता था । इसके अतिरिक्त उसने तम्बाकू पीनाभी नहीं छोड़ा था । इसीसे उसको इतने समयमें भी जैसा हम चाहते थे लाभ नहीं पहुंचा । हमारी सम्मतिमें प्रति दिन तीन बार दो, दो घण्टे उसके समस्त शरीरको ताप पहुंचानेके उपरान्त गञ्ज और खुजली होनेके स्थानोपर मृत्तिका बन्धनोका प्रयोग होना चाहिए था, जिससे त्वचाके नम्र रहनेके कारण वायु द्वारा त्वचाके घावोंमें द्रपित जीव न पहुंचे । इसके अतिरिक्त तम्बाकू का पीना और अन्नका सेवन करनाभी हमारी सम्मतिके विपरीत था । फिरभी उसको बहुतही शीघ्र आशासे अधिक लाभ पहुंचा । पहिले मासमेंही उसके शरीरका रङ्ग निखर गया, दूसरे माससे चौथे मासतक उसको खुजलीका विशेष कष्ट न रहा, छठे माससे उसके मुखकी आकृति जो कि पहाडी देशके समान ऊँची-नीची थी आठवे मासतक एक समान होगयी, ग्यारहवे मासमें उसकी खुजली और गुञ्जका इति हो गया । किन्तु फिरभी रक्तके शुद्ध होनेमें उसको प्राय तीन वर्ष लग गये । हम यहाँपर उसके एक पत्रकी प्रति लिपि निम्नमें देते हैं:—

Bhatinda

9/9/16

My dear doctor sahib,

Jai Sri Radha Krishna ki. Day by day I am improving towards health. The hilly tract of country is totally changed to an even piece of land, and the troubles of itching are almost over. Besides, now I find the colour of my body so fair and nearly free from red and black, and itchy spots. But till now the matter comes out now and then, for I can not apply the clay poultice in the day time, and sometimes it is out of question to receive the juicy fruits here. But this I dare say that your treatment is a miraculas one, and so natural. Because not in my case only but in a dozen of cases it is well proved.

At the time of your departaure how laxmi was suffering from insanity. But according to your expressed desire we gave her the fomentations and kept her on the carrots and pompkins only; and she was cured magically within the period of five days. I am sure that on your coming back you will have good many wealthy patients, who are tired of doctors I, therefore, beg to request you to come over here for a fortnight. For when you left the place many men came to take your advice.

Wishing you healthy.

I beg to remain

Sir

Your most obdient patient,

A. R.

सन १९१५ ई० के नोवेम्बर मासमें जम्मूसे हमको एक ओवरसियर महाशय मिले, उनका तीन वर्षीय बालक अन्त्रकीटकी पीड़ासे बहुत दुःखी था । क्योंकि वायु निकलनेके साथ, साथ अन्त्र-कीटभी निकलकर गुदा द्वारपर आजाते थे, और वह प्रत्येक समय अपनी छेदन क्रियासे उस बालकको दुःख देते रहेते थे । उसके माता-पिता, जब बहुत कष्ट होता था, गुदा द्वारपर तम्बाकू या कोई अन्य तीक्ष्ण पदार्थ मल देते थे, जिससे वहा आये हुए कीटाणुओंका नाश हो जानेसे कुछ कालके लिए शान्ति होजाती थी । परन्तु कुछही समयके उपरान्त फिर वायु द्वारा अन्त्रमेंसे कीटाणुओंके निकल आनेपर बालकको उसी कष्टका अनुभव होने लगता था । इसके अतिरिक्त बालकमें प्रायः ज्वर, रासी और अजीर्णभी कष्ट दिया करती थी । उसके माता-पिता उन रोगोंके निमित्तभी अनेक चिकित्सकोंके वहा टकरें मार चुके थे । क्योंकि उनके कई बालक तीन वर्षकी आयुके भीतरही मृत्युको प्राप्त हो गये थे । अतः उन्होंने हमारी सम्मतिभी चाही । किन्तु हमारी सम्मतिके अनुसार बालककी चिकित्सा करना उन्हें बहुतही कठिन प्रतीत हुआ । इस लिए उस समय उन्होंने हमारी चिकित्सा नहीं की । किन्तु अन्तमें दिनोंदिन अजीर्णके बढ़नेपर बालककी अन्त्रमें कई

जातियोंके पेरेसाइटकी उत्पत्ति हो गयी, जिससे कभी, कभी उसके उदरमें असह्य वेदना युक्त पीड़ाका अनुभव होता था। विष्टेके साथ, तीक्ष्ण औषधियोंके प्रयोगसे, कई बार प्रायः एक फुट लम्बे कीट उसके उदरसे निकले थे। उस समय उसके शरीरका वर्ण रक्त-हीन दीखता था। उदरका आकार अनावश्यक वृद्धिको प्राप्त हो गया था। उस समय हम विजनौरमें थे। इस लिए न तो उस बालकके पिता महाशय इतनी दूर पहुँच सकते थे, और न वह हमकोही बुलानेको समर्थ थे। अतः केवल पत्र व्यवहारसेही उसकी चिकित्साका प्रारम्भ हुआ। हमने उसको दिनमें तीन बार एक, एक घण्टे निरन्तर उदर, छाती और गुदापर ताप देनेकी आज्ञा की। आहारमें अनुतेजक रसीले फलोपर रक्खनेको लिखा गया और पीनेको उष्ण (रक्तके तापका) जल बताया गया था। किन्तु एक मास व्यतीत होनेपर हमने गायके दूधकी आज्ञा देदी थी। फल यह हुआ कि पहिले सप्ताहमेंही वह नियमित रूपसे विष्टेका त्यागन करने लगा, उदरकी वेदनायुक्त पीड़ा तीन दिनके भीतरही छुप्त हो गयी, और गुदा द्वारपर जो अन्त्र कीटोके काटनेसे पीड़ा होती थी वह पहिलेही दिन जाती रही, धीरे, धीरे दूसरे सप्ताहमें उसका अजीर्ण रोग न्यून होने लगा, चौथे सप्ताहमें उसकी त्वचाके वर्णमें परिवर्तन होने आरम्भ हो गये, पाँचवें सप्ताहमें उसका उदर उचित आकारका हो गया और भले प्रकार भोजन पाचनमें आने लगा। इसी प्रकार प्रायः चार मासमें वह पूर्ण आरोग्य हो गया।

### अर्श-रोग Piles or Haemorrhoids

**म**नुष्य शरीरमें अर्श-रोग एक बहुतही दुःखप्रद पीड़ा है। इसके उत्पन्न होनेके अनेक हेतु हैं, परन्तु विशेष कारण यकृतका उचित रीतिसे काम न करना, निरन्तर काष्ठ-बद्धसे पीड़ित रहना और अधिक बैठा रहना है। वैज्ञानिकोंने अर्श-रोगकी तीन जातियाँ कही हैं। क्योंकि इन हेतुओंसे रक्त सञ्चारमें बाधा होनेपर वह एकत्र होकर अर्शका रूप धारण कर लेता है। बाह्य-अर्श External Piles, आन्तरिक-अर्श Internal Piles और मिश्रित अर्श Mixed Piles बाह्य-अर्श रोगमें गुदाके बाहर ग्रन्थियाँ होती हैं, आन्तरिक अर्शमें अन्त्रके भीतर ग्रन्थियाँ पायी जाती हैं और मिश्रित अर्शमें भीतर और बाहर दोनों स्थानपर ग्रन्थियाँ होती हैं। प्रायः शीतल पदार्थोंपर बैठनेसे अर्श प्रदाहित होकर सूज जाते हैं या शुष्क विष्टेके त्यागनसे उनमें दाह हो जाती है, जिससे बहुधा रक्त आने लगता है। अर्श रोगमें अन्त्र-

शूल या डिसेन्ट्रीके समान विष्टेमें मिला हुआ रक्त नहीं आता है, प्रत्युत रक्त विष्टेकी लेण्डीपर लगा होता है । इसमें कोई सन्देह नहीं कि अर्शसे एकैक मृत्यु नहीं होती है, परन्तु प्रायः अर्शसे पीड़ित रोगियोंके शरीरमें रक्तकी मात्रा दिनोदिन न्यून होते रहनेसे समयसे पूर्व मृत्यु होती है । इस लिए इस दुष्ट रोगसे मुक्त होनेके लिए बड़ी सावधानीसे चिकित्सा करनी चाहिये ।

वाह्य अर्श वर्षों पर्यन्त दुःखप्रद नहीं होते । किन्तु यदाकदा गुदा द्वारा विष्टेकी अधिक शुष्क लेडीका त्यागन करनेसे साधारण जलन या कटनकी पीड़ाका ज्ञान होता रहता है । परन्तु शीत लग जानेपर वह तुरन्त प्रदाहित होकर असह्य पीड़ाका हेतु होते हैं । इसके अतिरिक्त वह इतने पीड़ा युक्त होते हैं कि जंघाओं या वस्त्रोंसे स्पर्श होनेपर रोगीके प्राणोपरही वना करती है । इस लिए न रोगी चलने योग्य रहता है और न वह बैठही सकता है । अर्श जघाओं आदिके घर्षणसे फूलकर लाल हो जाते हैं, और उनसे रक्तके धब्बे लगा करते हैं । कभी, कभी वह इतने अधिक प्रदाहित हो जाते हैं कि उनसे मवाद ( Pus ) आने लगता है, जिससे प्रायः कुछ दिनको पीड़ा जाती रहती है, या रक्तके एकत्र हो जानेसे ग्रन्थियोंके निर्जीव और कठोर हो जानेपर उस समयतक पीड़ाका ज्ञान नहीं होता जबतक कि उनमें पुनः जीवन आनेपर शीतका संसर्ग नहीं होता है । अर्श पीड़ाका दौरा बहुधा एक सप्ताहतकही रहा करता है ।

आन्तरिक अर्शका, इसके अतिरिक्त कि कभी, कभी कुछ ओस कृष्ण, वर्णका रक्त आता रहे या विष्टेपर रक्तकी रेखाओंका अनुभव हो, बहुत दिनतक कोई ज्ञान नहीं होता । उनसे प्रायः निरन्तर श्लेष्म मिश्रित रक्तभी आता रहता है, परन्तु जबतक रोग भयङ्कर दशामें न हो पीड़ा नहीं होती है । जब शीघ्र, शीघ्र और अधिकाधिक परिमाणमें रक्त प्रवाह होने लगता है तो भयानक न होते हुएभी स्वास्थ्यके लिए अति हानिप्रद होता है । परन्तु जिन रोगियोंके शरीरमें रक्तकी अधिकता होती है, और उनका अधिक आहार करनेका व्यसन होनेसे उन्माद या गठिया रोगके होनेकी सम्भावना होती है तो अर्श रोग उसे रोकनेमें सहायक होता है । इसके अतिरिक्त हृदय सम्बन्धी रोगोंकोभी यथा सम्भव दमन करता रहता है । आन्तरिक अर्श आकारके बड़े होनेपर अन्त्रकी क्रियाओंसे बाहर निकल आते हैं, और फिर यदा कदा वाह्य अर्शके समान दुःख देते रहते हैं ।

अर्शसे पीड़ित रोगियोंको हमारी चिकित्सासे पहिले दिनसेही लाभ पहुंचना आरम्भ हो जाता है । क्योंकि उनकी पीड़ामें न्यूनता होने लगती है । किन्तु वास्तवमें रोगका अन्त होनेके निमित्त बहुत धैर्यकी आवश्यकता है । कारण यह कि अर्श रोगकी उत्पत्तिमें वर्षों लगते हैं । इसके अतिरिक्त ग्रन्थियोंके कठोर और निर्जीव और यकृत तथा अन्त्रादिके दूषित हो जानेके कारण शरीरको आरोग्य होने में बहुत समय लगता है ।

किसी प्रकारकी अर्श पीड़ामें उदर अथवा उदर एव छाती और गुदा द्वारपर नित्य प्रति दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचाना चाहिये । किन्तु यदि रोगीको अधिक पीड़ाका अनुभव होता हो तो दिनमें तीन, चार या जितनी बार और जितने समयतक आवश्यकता हो ताप पहुंचना चाहिये । यदि अर्शकी ग्रन्थिया अधिक प्रदाहित हो, या उनमें घाव हो गये हो, या उनमें कटन अथवा जलनका अनुभव होता हो तो प्रत्येक समय गुदा द्वारपर मृत्तिकाके उष्ण बन्धनोंका प्रयोग करना चाहिये, और रोगीको उष्ण ( रक्तके तापका ) जल पीनेको देना चाहिये । इसके अतिरिक्त शौच जानके उपरान्त रोगीको गुदा स्वच्छ करनेके निमित्त सदा उष्ण तापका जल प्रयोग करना चाहिये । यदि रोगीको कोष्ठ-निबन्धके कारण विष्टेका त्यागन न हुआ हो तो जितने अधिक तापका उष्ण जल रोगी विना जिह्वाके जले पान कर सकता हो पिलाना चाहिये । यदि रोगीको अधिक कष्ट हो तो जबतक पीड़ाका अन्त न होले केवल रसीले फल या शाक देने चाहिये । किन्तु पीड़ा न रहनेपर अन्य कोमल फलादिभी दिये जा सकते हैं । परन्तु उचित तो यही है कि रोगीको बहुत समयतक केवल रसीले फलोंपरही रक्खा जाय । क्योंकि ठोस पदार्थोंसे अर्शकी ग्रन्थियोंसे घर्षण होनेपर पीड़ामें न्यूनता होनेकी अपेक्षा वृद्धि होती रहती है ।

अर्शसे पीड़ित रोगियोंको कभी, कभी इस दुष्ट रोगसे मुक्त होनेके हेतु बारह मास या इससेभी अधिक समय लग जाता है । किन्तु इतनी वात अवश्य है कि रोगीको यथेष्ट ताप पहुंचाया जाय तो अर्श रोगकी तीव्रातितीव्र दशामें, जिस पीड़ाका ज्ञान होता है वह एक सप्ताहके भीतर न्यून होते, होते ऐसी लोप हो जाती है कि फिर उसका कभी दौरा नहीं होता । किन्तु कभी, कभी साधारण असावधानीसे रोगके दूर होते, होतेभी बीच, बीचमें पीड़ाके दौरें हो जाते हैं । इस लिए यदि कोई रोगी चाहता है कि एक बार पीड़ाका अन्त होनेपर फिर कभी दौरा न हो तो आहार और चिकित्सामें पूरी सावधानीसे काम ले ।

अर्श रोगसे पीड़ित रोगी सन् १९१५ ई० के डेसेम्बर मासमें लाहौरमें हमसे सम्मति लेने आया था । वह बारह वर्षसे अर्श रोगसे दुःख पा रहा था । उसने अनेक चतुर चिकित्सकोंसे चिकित्सा करायी थी । इसके अतिरिक्त दो बार वह अर्शका आपरेशनभी करा चुका था, जिससे कुछ वर्षोंतक तो उसको कुछ शान्ति रही, परन्तु अन्तमें उसके पुनः अर्शकी ग्रन्थिया उभर आयी, और ऐसा भयङ्कर रूप धारण किया कि रोगी पीड़ाके कारण एक पलकोभी शयन नहीं कर सकता था । इसके अतिरिक्त ग्रन्थियोंके बाहर निकल आनेके हेतु उसको कुछ पग चलना या तनिक काल बैठनाभी असह्य होता था । कई, कई दिनतक उसकी गुदासे श्याम वर्णके रक्तका अधिकाधिक प्रवाह रहता था, और कभी, कभी उस रक्तके साथ श्लेष्म अथवा मवादभी आता था । प्रथम तो उसे सदाही कोष्ठ-बद्ध रहता था, और यदि दो, चार दिनके उपरान्त वह विष्टेका त्यागनभी करता था तो असह्य पीड़ाका अनुभव होता था । उसकी आयु उस समय प्रायः चालीस वर्ष थी, और सन्तानकी इच्छासे दो विवाह करनेपरभी उसके कोई बालक न हुआ था । वह मिश्रित अर्श—( Mixed piles ) से पीड़ित था । उसको दस वर्षकी आयुमें यकृत रोग हुआ था, और हमारे अनुमानसे उसके शरीरमें अर्श रोगकी नींव उसी समयसे पड़ी थी; प्रत्युत उससेभी पूर्व उसके बाल्यकालमेंही उसकी माताने उसके रुदन करनेकी शक्तिका दमन करनेके लिए अफ्यून दे, देकर उसके गात्रमें अर्श रोगकी स्थापना कर दी थी । इसके अतिरिक्त उसे बाल्य कालसेही ऐसे व्यवसायमें डाल दिया गया था कि उसे अधिक निरन्तर बैठे रहने-काही स्वभाव होगया था । अपरञ्च वह अपने आलस्यमय स्वभावके कारणभी बाल्यावस्थासेही अर्श-रोगकी उत्पत्ति कर रहा था । क्योंकि वह सदा इच्छा होनेपरभी मल-मूत्रादिका त्यागन नहीं करता था; और सर्वदा ऐसे गरिष्ठ पकवानादि पदार्थोंका सेवन करता था, जिससे वह निरन्तर कोष्ठ-बद्धसे पीड़ित रहता था । मूर्ख चिकित्सकोंने उसे रेचक औषधिया देकर उसकी अन्त्र क्रियाओंको बहुतही शिथिल कर दिया था, जिससे उसे कोष्ठ-बद्ध औरभी दुःख देने लगा था; और उन्हीं समस्त कारणोंसे अन्तमें उसे अर्श पीड़ाका अनुभव हुआ था । हमने उसको त्व द्वारा ताप पहुंचानेकी सम्मति दी थी, परन्तु उस समय टक्की व्यवस्था न हो सकनेके कारण पहिले सप्ताहमें प्रति दिन बारह घण्टे निरन्तर और अर्ध रात्रिके

समय दो घण्टे छाती उदर और गुदापर ताप पहुंचानेकी आज्ञा दी थी । इसके उपरान्त चार मास पर्यन्त प्रति दिन तीन बार ( प्रातः, मध्याह्न और सायंक के समय ) दो, दो घण्टे ताप पहुंचानेकी सम्मति दी थी, और चार मासके पश्चात् उसको केवल दो बार प्रति दिन ताप पहुंचानेके लिए कहा था । ताप पहुंचानेके अतिरिक्त उसको गुदापर मृत्तिकाके उष्ण बन्धनोके प्रयोग करनेकीभी आज्ञा दी थी; और आहारके निमित्त पहिले एक मासतक केवल अनार एवं संगतरे और तत्पश्चात् अन्य रसीले फलोकी अनुमति दी थी । फलतः पहिले सप्ताहके अन्तमेही उसकी पीड़ामें बहुत न्यूनता हो गयी थी, और दो मासके भीतर उसकी पीड़ाका सर्वथा अन्त हो गया था । दूसरे मास के उपरान्त उसकी क्षुधामें वृद्धि होने लगी थी और पाचवे मास-तक वह नियमित रूपसे मलका त्यागन करने लगा था । छठे मासमें कुछ साधारण कुपथ्यसे उसे कुछ कष्ट हो गया था, किन्तु तुरन्तही ताप अधिक समय-तक पहुंचानेसे वह कष्ट दूर हो गया था, और उसके उपरान्त फिर उसे कोई दुःख नहीं हुआ । परन्तु अर्शका अन्त होनेके निमित्त उसको डेढ़ वर्ष निरन्तर चिकित्सा करनी पड़ी थी । उस समयसे फिर कभी उसे अर्शकी पीड़ाका ज्ञान नहीं हुआ, और अर्शकी ग्रन्थिया स्वतः ही धीरे, धीरे लुप्त हो गयीं । इसके अतिरिक्त उसकी दोनों व्रियोसे एक, एक सन्तानकाभी जन्म हुआ ।

### पेरीटोनाइटिस Peritonitis

उदरकी वह झिल्ली, जिसमें अन्त्रादि उसी प्रकार रक्खी रहती हैं जिस प्रकार किसी थैले में कोई सामग्री भरी रहती है, पेरीटोनियम ( Peritoneum ) कहलाती है और पेरीटोनाइटिसका अर्थ पेरीटोनियममें दाह होना है । पेरीटोनाइटिसकी दो जातियां हैं । एक तीव्र और दूसरी मन्द ।

इस रोगकी उत्पत्ति कभी, कभी गठियाकी प्रकृतिके मनुष्योंमेंभी हो जाया करती है । किन्तु अविकाश इस रोगके होनेका कारण उदरकी झिल्ली-( Peritoneum ) में विषैले और अदृश्य कीटाणुओके प्रवेश करनेपर होती है । इसके अतिरिक्त आमाशय, अन्त्र, और मूत्राशय आदिके कट जानेके हेतु विकृत पदार्थोंके उदरकी झिल्लीमें प्रवेश करनेसे यह रोग बड़ी भयङ्कर दशा वारण करलेता है । अप-रश्च, अन्त्रादिमें फोड़े या किसी प्रकारकी बाधा होने, पयरी पड़ने या हर्नियोंके कारणभी यह रोग तीव्र दशामें हो जाता है । इसी प्रकार उदरकी झिल्लीके निकट



सम्बन्धी अन्य अवयवोंमें फोड़े आदि होनेपरभी यह रोग हो जाता है । परन्तु इन सबमें एपेन्डीसाइटिस या गर्भाशय अथवा डिम्ब कोष ( Ovary ) और डिम्ब नालिकाओं—( Fallopian tubes ) में फोड़े होनेपर पेरीटोनाइटिसकी अति भयङ्कर दशा होती है । इस रोगकी मन्द दशाका कारण अन्त्रमें ट्र्यूवरक्ल या ट्र्यूवरक्लोसिस सम्बन्धी अन्य रोगोंका होना है । किन्तु इसके अतिरिक्त आमाशयादिमें अधिक समयतक दाह रहनेसेभी रोग मन्दावस्थाको प्राप्त हो जाता है; और ऐसी दशामें रोग अधिक भयङ्कर नहीं होता है । क्योंकि अधिक समयतक दाह रहनेके कारण झिल्ली भीत अधिक मोटी और निर्जीव हो जाती है, जिससे एपेन्डीसाइटिसका भय बहुत कम रहता है ।

रोगकी तीव्र दशामें उदरमें स्पर्श करनेसे असह्य वेदनायुक्त पीड़ाका ज्ञान होता है, रोगीको वमन होती रहती है, श्वासकी गति तीव्र और अधूरी होती है और रोगी केवल छातीसेही श्वास लेता हुआ प्रतीत होता है, क्योंकि उदरकी पीड़ा और कठोरताके कारण उदरका सिकुड़ना और फैलना बन्द हो जाता है, अन्त्रमें वायुका वेग हो जानेसे उदर फूलनेपर रोगीके कष्टमें वृद्धि हो जाती है, कोष्ठ-वद्ध निरंतर दुःख देता रहता है, रोगी कमरके सहारे घुटने उपरको उठाये हुए लेटा रहता है, क्योंकि रोगी पीड़ाके कारण टांग फैलानेको असमर्थ होता है, त्वचाका ताप  $98^{\circ}$  या  $98.5^{\circ}$  तक हो जाता है, किन्तु कभी, कभी श्वेद आता रहता है, नाड़ीकी गति मन्द और कठोर होती है और मूत्रका त्यागन पीड़ाके साथ और बहुत न्यून मात्रामें होता है । रोगके यह लक्षण केवल एक दो दिनही रहते हैं । किन्तु यदि अधिक समयतक रहें तो यद्यपि त्वचाका ताप कम हो जाता है परन्तु नाड़ीकी गति तीव्र और निर्बल हो जाती है, मुखसे भूरे या रक्त-वर्णका वमन होता है और उदरका शोथ और पीड़ा लुप्त हो जाती है, और शीघ्र रोगी मृत्युको प्राप्त हो जाता है । कभी, कभी रोगीकी मृत्यु होनेमें एक सप्ताहतक लग जाता है । किन्तु कोई, कोई रोगी चौबीस घण्टेमेंही समाप्त हो जाते हैं ।

ट्यूबरक्यूलर पेरीटोनाइटिसकी दशामें उदर-पीड़ा और अफरेका अनुभव होता है, और मल-त्यागन क्रियाओंमें कोष्ठ-वद्ध या अतिसारके कारण बाधाएं उपस्थित रहती हैं, और इसके साथ, साथ ज्वर और क्षुधामें कमी रहती है । बहुधा उदर-पीड़ा बहु-

तही साधारण होती है, किन्तु पीड़ाके न्यून होनेपर उदर भरा हुआ और भारी प्रतीत होनेसे अशान्तिका अनुभव होता है ।

पेरीटोनाइटिसकी मन्दावस्थामें यदा कदा तीव्र पीड़ाका उदरमे शूलके समान अनुभव होता है, और उदरकी शिथिल इतनी मोटी हो जाती है कि कभी, कभी ट्यूमर- ( Tumor ) का धोका हो जाता है ।

पेरीटोनाइटिसकी दशामें चाहे वह मन्द हो अथवा तीव्र बड़ी सावधानी और वैयर्थके साथ चिकित्सा करनी चाहिये । किन्तु रोगके तीव्र होनेपर चिकित्सा करनेमें एक पलका विलम्ब करनाभी उचित नहीं है । क्योंकि रोगकी इतनी तीव्र गति होती है कि वह अति शीघ्र शरीरका नाश करके भयानक रूप धारण कर लेता है; और फिर चिकित्सा करना निरर्थक सिद्ध होता है । अतः यदि तनिकभी लक्षणोंसे पेरीटोनाइटिसका सन्देह हो तो निरन्तर उस समयतक रोगीको उदर और छातीपर ताप पहुंचाना चाहिये जबतककि रोगी जोखिमसे बाहर न हो जाय । कभी, कभी रोगीको निरन्तर अड़तालीस या इससेभी अधिक घण्टे ताप पहुंचानेकी आवश्यकता होती है । रोगकी भयानक दशा निकल जानेपर प्रति दिन दो या तीन बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचानेकी आवश्यकता रहती है । किन्तु रोगकी मन्द दशामें प्रति दिन केवल दो या तीन बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचाना आवश्यक होता है । परन्तु मन्द रोगकी अपेक्षा तीव्र रोग शीघ्र चिकित्सासे दूर हो जाता है ।

रोगकी तीव्रावस्थामें उचित तो यही है कि रोगीको कोई आहार न दिया जाय । क्योंकि उस समय रोगीको भोजनकी इच्छाही नहीं होती है । किन्तु यदि रोगीको आहारकी इच्छा हो तो केवल अनारही दिया जाय । परन्तु रोगकी मन्द दशामें अनारके अतिरिक्त अन्य कोमल अनुत्तेजक और रसयुक्त फलभी दिये जा सकते हैं । रोगीको यदि प्यासका अनुभव हो तो केवल साधारण तापका उष्ण जल देना चाहिये ।

तीव्र पेरीटोनाइटिसका एक रोगी डेसेम्बर सन् १९२१ ई० में हमको दिल्लीमें मिला था । उसको पल, पलपर वमन होता था, उदरमें वेदना युक्त शूलके समान पीड़ा होती थी, उदरमे अफरा था, टांगें सिकोड़कर घुटने उठाये हुए वह कमरके सहारे लेटा हुआ था, श्वास लेते समय केवल छातीही सिकुड़ती और फैलती हुई प्रतीत होती थी और उदर सिकुड़ने एवं फैलनेकी क्रिया नहीं कर रहा था, मूत्र अल्प मात्रामें और कष्टके साथ आता था, विष्टेके त्यागनेकी इच्छा होते हुएभी नहीं होता

था, प्रत्युत वायुका प्रवाहभी बन्द था, जिससे रोगीको वड़ी अशान्ति थी और रोगीको ज्वरभी प्रतीत होता था । किन्तु कभी, कभी पीड़ासे विकल होनेपर रोगीकी त्वचापर श्वेद प्रतीत होने लगता था । हमने उस रोगीको निरन्तर छव्वीस घण्टेतक उदर एवं छातीपर ताप पहुंचाया था, और इसके उपरान्त एक सप्ताहतक प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचानेकी आज्ञा दी थी । फलतः चार घण्टे ताप पहुंचानेपरही उसके वमन और पीड़ामें न्यूनता होनी आरम्भ हो गयी थी, आठ घण्टेके पश्चात उसे विद्या होगया था, मूत्र त्यागनेकी पीड़ाभी न्यून होगयी थी, और गुदा द्वारा वायु-प्रवाह आरम्भ होगया था, और इसी प्रकार धीरे, धीरे छव्वीस घण्टेतक ताप पहुंचानेपर वह यद्यपि पूर्ण रूपेण पीड़ासे मुक्त नहीं हुआ था, परन्तु प्रसन्न वदन प्रतीत होता था । इसके उपरान्त शनैः, शनैः एक सप्ताहतक चिकित्सा करने और केवल अनारपर रहनेसे वह पूर्ण आरोग्य होगया ।

### गुदाके निकटवर्ती रोग Rectum diseases.

**अ**र्श (piles) और भगन्दर-(Fistula) के अतिरिक्त गुदा या गुदानालीमें अनेक रोग हो जाते हैं, जिनके कारण गुदा या गुदानालीमें, खुजली, पीड़ा, दाह या शोथका अनुभव होता है । गुदा सम्बन्धी विशेष रोग खुजली ( Itching ), पीड़ा ( Pain ), भगन्दर अर्थात् नासूर ( Fistula or ulceration ), फोड़ा ( Abscess ), कांच निकलना ( Proplase or protrusion ), ट्यूमर, एक विशेष जातिका फोड़ा ( Tumor ), और कैंसर, एक विशेष जातिका फोड़ा ( Cancer ), आदि होते हैं ।

गुदामें खुजली होना प्रायः अजीर्ण रहनेका कारण है । क्योंकि अजीर्णसे श्वेत कीटाणु ( Thread worm ) या अन्य किसी जातिके विषैले जीव उत्पन्न होनेपर दाहको प्रगट करनेवाला खुजलीका लक्षण प्रतीत होता है । इसके अतिरिक्त शीतादि लगने या शौच जानेके उपरान्त दूषित और विषैला जल प्रयोग करनेसेभी दाहके होनेपर खुजली होने लगती है । अपरन्तु गुदा मैथुनभी खुजलीका हेतु होता है ।

बहुधा किसी नासूर या घावके होने या अर्शकी उपस्थितिमें गुदामें मल त्यागनके समय पीड़ा हुआ करती है । परन्तु इस प्रकारकी पीड़ा शीघ्रही छुप्त हो जाती है । किन्तु किसी फोड़े आदिके होनेपर जबतक फोड़ेका अन्त नहो पीड़ा नहीं जाती ।

नासूर ( Ulceration ) बहुधा अतिसार, अन्त्रमे ट्र्युवरक्यूलर रोग या कोष्ठ-वदसेही हुआ करता है। गुदाके नासूरमे बहुधा मवाद आया करता है और कभी, कभी विष्टेमें मिली हुई रक्तकी वारिया प्रतीत होती हैं। यदि नासूर अधिक समय-तक रहता है तो अन्त्र-नालीको तङ्ग और उसमे बाधा उपस्थित करनेका हेतु होता है।

गुदाके निकट कई प्रकारके फोड़े हो जाते हैं, जिनमेंसे एक इशियो-रेक्टेल एबसेस ( Ischio-rectal abscess ) कहलाता है, जो कि बहुधा क्षयी रोगके अन्तिम दिनोंमें प्रतीत होता है, और उस समय रोगसे मुक्त होनेकी बहुतही कम आशा रहती है। इस प्रकारका फोड़ा चोट या शीत आदिके कारण अन्य स्थानोंमें भी हो सकता है, और किसीभी दशामें वह भगन्दर-( Fistula ) का कारण हो सकता है।

भगन्दर ( Fistula ) अर्थात् फिस्चुलाका वास्तविक अर्थ नाली-( pipe ) का है। अतः प्रत्येक ऐसे नासूरके लिए जिसके द्वारा एक थैलेसे दुसरे थैलेमें जानेको कृत्रिम और तङ्ग मार्ग हो फिस्चुला कह सकते हैं। इसीसे मूत्राशयसे अन्त्रको इस प्रकारका कोई कृत्रिम मार्ग हो जाय तो उसे फिस्चुला कहेंगे, और यदि वैसाही मार्ग किसी अन्य दो पोले अवयवोंके बीचमें हो जाय तो उसेभी फिस्चुलाके नामसेही सम्बोधित करेंगे। फिस्चुलाके होनेके कई कारण हैं। परन्तु प्रधान हेतु यही है कि किसी तीक्ष्ण पदार्थ द्वारा किसी पोले अवयवमे छिद्र होते, होते इतना लम्बा हो जाय कि वह अन्य किसी पोले अवयवको फाड़कर पार हो जाय। छिद्र होनेकी यह क्रिया जिस प्रकार एक तीक्ष्ण अस्त्रसे हो सकती है उसी प्रकार किसी फोड़े, या प्रदाहित स्थानमे किसीभी जातिके उत्पादित कीटाणुओं द्वाराभी होती है। इसीसे पुराने फोड़ो घावों या किसी एक अवयवका हर्नियाके समान अन्य अवयवपर बोझ पड़नेका परिणाम फिस्चुला होता है। कुछ बालकोंको माताके कुपथ्यसे शरीरके अपूर्ण रहनेके कारण जन्मकालसेही फिस्चुला होता है। कभी, कभी तीक्ष्ण प्रकृतिके आहार या पिन अथवा कंच निगल जानेसे-भी फिस्चुला हो जाता है और ट्र्युवरक्यूलर रोगके उपस्थित होनेपरभी फिस्चुलाकी सम्भावना रहती है।

फिस्चुलाके होनेपर कभी, कभी रोगीको बहुत दुःख होता है, और बहुधा घावसे पूय ( मवाद ), या विकृत जल आता रहता है।

प्रायः निर्वलताके कारण बालकोंकी कांच बाहर निकल आया करती है । परन्तु बहुधा उन्हीं बालकोको यह रोग हुआ करता है, जिनकी गुदामें श्वेत कीटाणु या अतिसार अथवा कोष्ठ-वद्धके कारण खुजली, जलन या कटनका अनुभव होता है; अर्थात् इस रोगका मूल कारण अजीर्ण और दूषित आहारही है ।

गुदामें ट्यूमर या केन्सरका होना बहुतही भयानक है ट्यूमरकी दशामें गुदापर त्वचासे उभरी हुई ग्रन्थियां, जिनके ऊपर कभी, कभी असाधारण शोथ होता है, प्रतीत होती हैं और दिनो दिन रोग और पीड़ामें वृद्धि होती जाती है; और साथ, साथ खुजलीका अनुभव होते हुए गुदासे जल प्रवाह होता रहता है । कभी, कभी ट्यूमर या पालीपस ( Polypus ) गुदाके भीतरभी हो जाता है । परन्तु ऐसी अवस्थामें इसके अतिरिक्त कि यदा कदा रक्त आता रहे किसी पीड़ाका अनुभव नहीं होता । गुदा केन्सरके लिए एक विशेष स्थान है । परन्तु गुदाका केन्सर बहुधा प्रौढ़ावस्थामेंही हुआ करता है । केन्सरकी दशामें श्यामवर्णकी ग्रन्थियां उभरती हुई प्रतीत होती हैं और शीघ्रही धीरे, धीरे उनमें घाव होने लगता है, जिससे बहुतही कम मात्रामें मवाद आया करता है । किन्तु जल प्रत्येक समय रिसता रहता है, और पल, पलपर रक्तके निकलनेकी सम्भावना रहती है । पीड़ाभी बहुत बढ़ती घटती रहती है । यदा कदा अतिसार या कोष्ठ-वद्धभी दुःख देताही रहता है । ट्यूमर और केन्सर ऐसे दुष्ट रोग हैं कि कई, कई बार आपरेशन करने एवं एक्सरेज (X-Rays) और रेडियम- ( Radium ) से चिकित्सा करनेपरभी फिर हो जाते हैं और अन्तमे रोगीके प्राणोको लेकर जाते हैं । गुदामेंही नहीं प्रत्युत शरीरमें जहां कहीं-भी यह रोग हो जाते हैं वहां दिनो दिन वृद्धिको प्राप्त हो, होकर एक दिन रोगीके शरीरका अन्त कर देते हैं । इस लिए इन दोनोंमेंसे किसी रोगके होतेही तुरन्त चिकित्सा आरम्भ करनी चाहिये ।

गुदा सम्बन्धी समस्त रोगोंमें गुदा एवं उदरपर ताप पहुँचाना चाहिये और यदि घाव हों तो उनपर तापके अतिरिक्त उष्ण मृत्तिका बन्धनोंकाभी प्रयोग करना चाहिये । किन्तु यदि रोगका सम्बन्ध उदरसे न हो अर्थात् केवल स्थानीय और बाह्य रोग हो तो केवल गुदापर ताप करनाही यथेष्ट है ।

अर्शके अतिरिक्त गुदा सम्बन्धी रोगोंमें भगन्दर ( Fistula ), नासूर ( Ulceration ), ट्यूमर ( Tumor ) और केन्सर ( Cancer ) बड़े दुष्ट रोग

हैं । इसीसे भगन्दर और नासूर पूर्णतः रसीले फलोंका आहार और गुदा एवं उदर-पर अधिक ताप तथा आवश्यकता हो तो बन्धनोका प्रयोग करनेसे बहुत कालमें दूर होते हैं, और यदि ताप इतना यथेष्ट नहीं होता है जो नासूरके समस्त मार्गमें पहुँच सके तो उससे लाभ पहुँचनेकी आशा रखना व्यर्थ है । अतः भगन्दर या किसी नासूरसे, जो गुदामेही नहीं प्रत्युत शरीरके किसी भागमें हो, मुक्त होनेके लिए नासूरके चारो ओर इतना ताप पहुँचाना चाहिये जो नासूरके समस्त भागमें प्रभाव कर सके । और ट्यूमर और केन्सरकोभी चाहे वह शरीरके किसी स्थानमें हो यथेष्ट ताप पहुँचाने एवं बन्धनोंका प्रयोग करनेकी आवश्यकता है । क्योंकि साव-रण तापका ट्यूमर या केन्सरपर कोई प्रभाव न होनेसे रोग घटनेकी अपेक्षा बढ़ने लगता है । इसीसे एक नेत्रके ट्यूमरका रोगी, जो कि नोवेम्बर सन् १९२५ ई० में हमारी चिकित्सामें आगरेके स्थानपर आया था, दो मासके भीतर समस्त पीड़ा और शोथके चले जानेपरभी इस लिए एकैक पुनः शोथ और पीड़ाका अनुभव करने लगा कि जिन ऊनी बत्तोंसे उसे जल-ताप पहुँचाया जाता था वह इतने जीर्ण हो गये थे कि वह नवीन बत्तोंके समान रोगको नष्ट करनेके लिए यथेष्ट ताप पहुँचानेको असमर्थ थे । अतः ट्यूमर या केन्सरकी दशामें यथेष्ट ताप और प्रत्येक समय बन्धन करनेके अतिरिक्त केवल रसीले फलोंका आहार होना चाहिये ।

बालकोंकी काच निकालनेके रोगमें सबसे पहिले उसमें शक्ति बढ़ाने और अन्नको आहारके अनुचित भारसे बचानेके निमित्त केवल रसीले फलोंका आहारही देना चाहिये, और रोगको दूर करनेके लिए उदर एवं गुदापर आरोग्य होनेके समयतक नित्य प्रति ताप पहुँचाना चाहिये । इसके अतिरिक्त यथा शक्ति बालकोंको विश्राम करने और उछलने कूदनेसे बचनेकीभी आवश्यकता है । अपरञ्च मल त्यागनेके उपरान्त गुदासे निकली हुई काचको उष्ण जलसे स्वच्छ करके भीतर लौटा देना चाहिये ।

कभी, कभी जन्म कालसेही कोई, कोई बालक ऐसे होते हैं कि मल त्यागनेके निमित्त गुदा द्वार नहीं होता । ऐसे बालक जन्म लेनेके कुछही दिन पार्श्व मृत्युको प्राप्त हो जाते हैं । इस लिए यदि उनको जीवित रखना है तो उनकी एक मात्र प्राकृतिक चिकित्सा यही है कि शल्य क्रिया ( Operation ) द्वारा उनके गुदा मार्ग बना दिया जाय ।

मार्च सन् १९१५ ई० में जब कि हम विजनौर जा रहे थे हमको मुरादाबादमें एक कायस्थका लड़का मिला, जिसकी गुदामें किसी उपदन्श पीड़ित मनुष्यसे मैथुन करानेपर दाह हो जानेसे खुजली हो गयी थी । उससे मिलनेपर पहिले तो हमको उसके ऐसे आचरणोंसे बहुतही घृणा हुई, और हमने उसकी चिकित्सा करना स्वीकार-ही न किया । किन्तु जब वह हमारे पैरोपर गिरकर बहुतही दुःखी होके गिड़गिड़ाने लगा तो हमको दया आगयी । इसके अतिरिक्त उसमें हमाराभी यह स्वार्थ था कि हमको उपदन्श रोगपर अपनी चिकित्साका अनुभव करना था । अतः हमने एक दिनके लिए विजनौर जाना स्थगित कर दिया । हमने उस रोगी को केवल उष्ण मृत्तिका बन्वनोंका गुदापर दिनमें कई बार प्रयोग करना बताया था, और ताप देनेकी आज्ञा इस लिए नहीं दी थी कि उसे अपने पितासे इस रोगको छिपाना था । उसको प्रायः एक मासतक बन्वनोंका प्रयोग करना पड़ा था । किन्तु यदि उसको तापभी पहुंचाया जाता तो रुदाचित एक सप्ताहसे अधिक समय न लगता । क्योंकि उसको यह रोग हमसे मिलनेके तीन, चार दिन पहिलेही हुआ था हमने यद्यपि उसको फलही नैवेन करनेको कहा था । परन्तु चोरीमें निरुत्थान करनेके कारण उसे कभी, कभी अन्य पदार्थभी नैवेन करने पड़ते थे । फिरभी वह यथा शक्ति फलोपरही निर्वाह करता था ।

शनभी हो चुका था। परन्तु इसपरभी वह पीड़ासे विकलही रहता था। अतः डाक्टरोंका समुदाय फिर आपरेशन करानेकी सम्मति दे रहा था। किन्तु वह अनेक प्रकारकी चिकित्साएँ करते, करते थक गया था, और आपरेशनोसेभी घबरा गया था। अतएव उसने हमको अपनी चिकित्सार्थ बुलाया। किन्तु हमको एक रोगीको देखनेके कारण उसके घर पहुँचनेमें प्रायः दो घण्टेका विलम्ब हो गया, और उसी बीचमें वहाँ एक सन्यासी देवता पहुँच गये। उन्होंने अपनी योग क्रियाओं द्वारा चिकित्सा करनेकी लम्बी, चौड़ी प्रशंसा करते हुए केवल तीन दिनमें रोगको समूल नष्ट कर देनेका विश्वास दिलाया, और उस धनिक रोगीको मूर्खतावश वैसेही विश्वास हो गया जैसे वह वा लक्ष्मी-पात्र ठगोपर विश्वास करलेते हैं। अतएव उन्होंने उस सन्यासीकी चिकित्सा करनी आरम्भ करदी, और हमको ५५ रु. फीस देकर विदा कर दिया। किन्तु उस सन्यासीकी चिकित्सासे तीन दिन तो क्या पन्द्रह दिनमेंभी कुछ लाभ न हुआ। फलतः पन्द्रह दिनके उपरान्त न जाने किस प्रकार सेठजी—(रोगी) को फिर हमारा स्मरण हुआ, और उन्होंने हमको बुलानेके लिए एक मनुष्यको भेजा। वह पहिले आकर बैठ गया और इधर, उधरकी बातें करने लगा, तदुपरान्त उसने अपने सेठजीकी चिकित्साके विषयमें बात चीत करते हुए एक किसी अन्य व्यक्तिका नाम लेकर कहा कि यदि आपको जो कुछ सेठजीसे वन लाभ हो उसमेंसे आप उसे अर्ध भाग दें तो आपकी चिकित्सा हो सकती है। हमको उसके ऐसे शब्दोंसे एकैक रोष हो आया, किन्तु हमने क्रोधको रोककर केवल इतनाही कहा कि कृपाकर हमें और हमारी चिकित्साको क्षमा करिये। हमें आपके सेठजी या संसारके किसी भी लक्ष्मी-पात्रकी आवश्यकता नहीं है। क्योंकि 'पात्र' शब्दका अर्थ वाहन है, और लक्ष्मीका वाहन उल्लूही कहा गया है। अतः धनके लोभमें उल्लूसे सम्बन्ध करना उचित नहीं है। हम यह कहही रहे थे कि इतनेमेंही उन्हीं सेठजीके कोई निकट सम्बन्धीभी आगये। उन्होंने हमारे पहुँचनेमें विलम्बका कारण जानना चाहा इसपर सब भेद खुल गया, और वह मनुष्य सेठजीके यहाँसे निकाल दिया गया, और हमारी चिकित्सा आरम्भ हो गयी। किन्तु चिकित्सा कालके बीचमें, यद्यपि दिनो दिन सेठजीकी पीड़ामें कुछ न कुछ न्यूनताही होती जाती थी, तोभी कुछ दुष्ट और लोभी मनुष्य रोगीके विचारमें परिवर्तन कर देते थे। परन्तु उनके मामा उनको धैर्य बन्धाते और उन दुष्टोंसे बचाते रहते थे। उस रोगीको हमने उष्ण तापका जल पीने, अनार एवं सगतरा सेवन करने और गुदा तथा छाती सहित



उदरपर प्रति दीन तीन बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचानेकी सम्मति दी थी, जिससे प्रथम सप्ताहमेंही उसकी पीड़ामें बहुत कुछ न्यूनता हो गयी थी । उसको धीरे, धीरे निरन्तर चार मासतक फलोंपर निर्वाह करके चिकित्सा करनेमें पूर्ण रूपेण लाभ हुआ था । परन्तु उसने सम्पत्ति शाली होते हुएभी हमारे साथ वही व्यवहार किया जो आजकलके स्वार्थी धनिक किया करते हैं ।

सन् १९१८ ई० के जेन्वेरी मासमें गुदाके ट्यूमरका एक रोगी हमको वाकानेर राज्यमें मिला था । उसकी आयु प्रायः पचास वर्ष थी । वह एक बड़ा धनिक था; और इसीसे वह उसके कई आपरेशन तथा एक्स-रेजकी चिकित्साभी करा चुका था । परन्तु उसने किसीभी चिकित्सासे कोई लाभ न हुआ था । केवल एक्स-रेजकी चिकित्सासे कुछ दिनोंके लिए पीड़ा लुप्त हो गयी थी, और ट्यूमरकी ग्रन्थिया एवं शोथ जाता रहा था । किन्तु उनके दो मास उपरान्त फिर रोगने ऐसा विकट रूप गारण किया कि एक्स-रेज चिकित्साभी निरर्थक सिद्ध हुई ।

निर्बल हो गया था । हमने उसको प्रति दिन चार बार दो, दो घंटे उदर एवं गुदापर ताप पहुंचाने और उसके उपरान्त प्रत्येक समय केन्सरपर उष्ण मृत्तिका बन्धनोका प्रयोग तथा रसीले फल सेवन करनेकी सम्मति दी थी । किन्तु उस ग्रामके रेल और फ्रीरोजपुरसे दूर होनेके कारण अन्य फलोंका प्रबन्ध न हो सकनेके हेतु उस रोगीने दो मास केवल गन्नेके आहारपर व्यतीत किये, तदुपरान्त सर्वज्ञों-परही निर्वाह किया और अन्तमें रसीले शाकोंको ग्रहण किया । यद्यपि उसकी पीड़ामें चिकित्सा करनेके पहिले दिनसेही न्यूनताका अनुभव हुआ । परन्तु पूर्ण रूपेण चार मासमें उसकी पीड़ा लुप्त हुई थी, और तभी वह इस योग्य हुआ था कि समस्त रात्रि सुखसे शयन कर सके । किन्तु केन्सरका कठोरपन जानेमें उसे एक वर्षसेभी अधिक समय लगा था । उस रोगीको कभी, कभी साधारण असावधानीसे बीच, बीचमें पीड़ा बढ़ जाया करती थी, और रक्तभी आने लगता था । अन्तः ऐसे समयके लिए हमारी वारह, गरह घंटे निरन्तर ताप देनेकी आज्ञा हुआ करती थी प्रत्युत एक बार तो हमने उसे निरन्तर वाइस घंटे ताप पहुंचाया था । उस रोगीको जो यदा कदा रक्त आया करता था उसको रोकनेमें मलमलमें छनी हुई चिकनी मिट्टीके उष्ण बन्धनोके प्रयोगसे बड़ी सहायता मिलती थी । किन्तु मिट्टीके सूखतेही घावके चटकनेपर रक्त आने लगता था । इस लिए शीघ्र, शीघ्र दूसरे बन्धन प्रयोग करने पड़ते थे ।

### वृक्क रोग Kidney diseases

**उ**दरमें वृक्कके बहुत भीतर होनेके कारण उसके अधिक रोगी होनेपरभी बहुत कम ज्ञान होता है । परन्तु अन्य लक्षणोंसे उससे रोगी होनेका बहुत कुछ ज्ञान प्राप्त किया जा सकता है । अतः भिन्न, भिन्न वृक्क सम्बन्धी रोगोंके लक्षण निम्नमें दिये जाते हैं -

कमरके ऊपरी भागमें निरन्तर रहनेवाली पीड़ाका होना बहुधा वृक्कमें दाह होनेकी सूचना देता है, किन्तु नीचेके भागमें पीड़ा होनेसे वृक्क पीड़ाका बहुत कम ज्ञान होता है । क्योंकि अनेक अन्य रोगोंमें कमरके निम्न भागमें पीड़ाका अनुभव हुआ करता है, और बहुधा वृक्कके भयानक रोगोंमें उस स्थानपर पीड़ा नहीं होती है । मूत्र नालीमें पथरी उपस्थित होनेपर एक अपूर्व पीड़ाका अनुभव होता है । इस पीड़ाको रीनेल कालिक ( Renal Colic ) कहते हैं । इस प्रकारकी पीड़ा जघाओ और उदरके बीचमें एकैक उठ बैठती है, और इतनी तीव्र एवं असह्य होती है कि वेद-

नायुक्त श्लोका अनुभव होनेसे रोगी विकल हो जाता है । और जब वृक्क अनस्थिर होकर उदरकी ओर आ जाता है तो उसके भारसे विशेष रूपकी ऐसी पीड़ाका, जो अन्य पीड़ाओंसे भिन्न होती है, अनुभव होता है ।

शरीरके क्षय होने और अस्वस्थ रहनेसे बहुधा वृक्क रोगका अनुभव होता है । क्योंकि ऐसी दशामे वृक्कभी क्षय होता रहता है । कभी, कभी शरीरका अधिक अस्वस्थ होना ऐसे मन्द वृक्क रोगोंकी उन्नतावस्थाका परिणाम होता है जोकि बड़ी सूक्ष्मतासे परीक्षा करनेपर प्रतीत होते हैं, और ऐसी दशामें पाचन शक्तिके विगड़ जानेपर अन्य अनेक रोग हो जाते हैं, जिससे शरीर अत्यंत निर्बल हो जानेके हेतु रोगोंका सामना करनेको असमर्थ होनेके कारण आरोग्य मनुष्योंके शरीरकी अपेक्षा संक्रामक रोगोंका अविक और सरलतासे आखेट हो जाता है ।

वृक्क रोगोंमें सदा मूत्रमें परिवर्तन होते रहते हैं । रोगकी तीव्र दशामे मूत्रके परिमाणमें न्यूनता हो जाती है, और बहुधा एल्यूमिन-( Albumin ) से मिश्रित और रक्तवर्णका मूत्र होता है । जब मूत्रमें विजातीय पदार्थ उपस्थित होते हैं तो सूक्ष्म रूपसे परीक्षा करनेपर उनका ज्ञान हो जाता है । इसीसे मूत्रमें पृथ ( मवाद ) सम्मिलित होनेपर हमको यह ज्ञान होता है कि सूत्राशयके किसी स्थानमें घाव है, और पथरीके होनेपर हमें जाच करनेसे मूत्रमें उसके अणु ( Crystalline deposit ) प्राप्त होते हैं । मन्द ब्राइट्स रोग-( Bright's disease ) में बहुधा मूत्रकी मात्रामे वृद्धि हो जाती है, मूत्र पीतवर्णका होता है, और उसमें न्यूनाधिक एल्यूमिनका मिश्रण होता है ।

यद्यपि ब्राइट्स रोगकी अपेक्षा अन्य अनेक रोगोंमेंभी ड्राप्सी हो जाता है, परन्तु वृक्क पीड़ामें ड्राप्सीका होना एक विशेष चिन्ह है । यदि वृक्क रोगके कारण ड्राप्सी होता है तो बहुधा प्रातःके समय अर्थात् निद्राके पश्चात् नेत्रोंके नीचे या हाथोंके ऊपर सरीखे ढीली मांस पेशियोंके अवयवोंपर शोथ आजाता है और वह फूल जाते हैं ।

मन्द वृक्क रोगकी अवस्थामें रक्त सञ्चारकी गतिमें परिवर्तन हो जाता है । धमनियों और हृदयकी भीतके भारी हो जानेसे चिकित्सकको ब्राइट्स रोगकी उपस्थिति और भयङ्करतासे परिचित होनेमें बहुत सहायता मिलती है । रक्त वाहिनी नाड़ियों आदिके भारी होनेपर छातीमें पीड़ाका अनुभव होता है, मानसिक शक्तियोंका पतन होने लगता है, दृष्टिमें न्यूनताका अनुभव होता है और बहुधा एपाप्लेसी हो जाता है ।

वृक्के कर्तव्य होन होनेपर यूरेमिया ( Uræmia ) हो जाता है । यूरेमियाको दृष्टान्तें रक्तोको त्वच्छ करनेके लिए जिन विधौ पदार्थोका नूत्रके साथ त्यागन होता है उनको रोग वच्च वृक्क त्यागना बन्द कर देता है ।

सबसे भयङ्कर वृक्क रोग वह होता है जिसमें वृक्क सम्बन्धी अन्य पीड़ाओंके साथ, साथ ग्राइड्स रोग होता है और ऐसी दृष्टान्तें नूत्रके साथ एल्ब्यूमिन आता रहता है और ड्रूप्सोनी उत्पन्न होता है ।

द्यूवरकोसिस प्रायः अन्धकोष या नूत्राशयके द्यूवरक्यूलर रोगका प्रदान करण होता है, और रोगके बहुत कम चिन्ह प्रगट होते हुए रोगकी शनैः, शनैः वृद्धि होती है ।

वृक्के अस्थिर होनेपर उमका भार उदरके अन्य अवयवोंको सहन करना पड़ता है, जिससे बहुधा उदर पीड़ा, अतिमार या कोष्ठ-बद्धका अनुभव होता है । यह रोग पुष्पोंकी अपेक्षा स्त्रियोंमें अधिक पाया जाता है ।

वृक्के प्रहारित होनेपर बहुधा रोगियोंकी मृत्यु हो जाती है । कभी, कभी कनर-साधारण गृहार या गाड़ी आदिसे कुचले जानेपर वृक्क फट जाता है, जिससे नैर-रक्त प्रवाहित होनेपर रोगी मृत्युको प्राप्त होता है ।

वृक्कमें द्यूमरनी उत्पत्ति बहुत कम होती है; और द्यूमरके होनेपर जबतक उसका आकार अधिक न हो तबतक या तो पीड़ाका अनुभवही नहीं होता और यदि होताभी है तो बहुत कम । नूत्र-नालीके निकट द्यूमर होनेपर यदा, कदा नूत्रके साथ रक्त आया करता है, किन्तु वृक्क रोग सम्बन्धी अन्य कोई लक्षण या पीड़ा नहीं होती है ।

वृक्क सम्बन्धी समस्त रोगोंकी निश्चितार्थ कनर एवं उदर या उदरके साथ, साथ छातीको रोगकी अवस्थानुसार दो, तीन या जितनी बार और जितने सम्यक्तक आवश्यकता हो ताप पहुंचाना और आरोग्य होनेके सम्यक्तक रसयुक्त फलोंका आहार देना चाहिये ।

वृक्क रोग कोई साधारण व्याधि नहीं है । इसीसे वृक्क रोगसे पीड़ित रोगी रोगके बड़ जानेपर अधिकांश मृत्युकोही प्राप्त होते देखे गये हैं । क्योंकि वृक्क शरीरको उसके नूत्र द्वारा विषोंका त्यागन करके शुद्ध करनेवाला एक विशेष अवयव है, और उसके कर्तव्यच्युत या रोगी हो जानेपर शरीरसे विषैले पदार्थोंका त्यागन न हो सकनेके

कारण रक्तके दूषित हो जानेपर शरीर निश्चय मृत्युको प्राप्त होता है और वृक्क रोगकी साधारण दशामेंभी इसलिए रोगीको असमय मृत्यु होती है कि धीरे, धीरे शरीरमें विषोंके एकत्र होनेसे नित्य प्रति रोगीके जीवनकी मात्रा न्यून होती जाती है । अतः उचित तो यही है कि ऐसे उपाय किये जायं, जिससे वृक्क रोगकी शरीर-में उत्पत्तिही न हो, किन्तु यदि वृक्क रोगके किसी प्रकार लक्षण प्रगट होने लगें तो तत्क्षण बड़े ध्यान और धैर्यके साथ उस समयतक पूर्ण पथ्यसे रहकर चिकित्सा करनी चाहिये जबतक कि रोगका इति होकर शरीर पुष्ट न हो जाय । वृक्क व्याधिके हो जानेपर उसकी चिकित्सार्थ छः माससे बारह मासतकका समय लगना तो एक साधारण बात है । इस लिए कभी, कभी दो, तीन या इससे-भी अधिक वर्ष लग जाते हैं । इस विषयमें केवल इतनाही बताना यथेष्ट है कि तीव्र रोगोंको उस समयतक शीघ्र लाभ होता है जबतक कि कोई अधिक हानि नहीं पहुंची हो और मन्द रोगोंमें उनकी अवस्थानुसार उतनेही विलम्बमें रोगका इति होता है, किन्तु रोगकी भयानक दशा होनेपर फिर मृत्युके अतिरिक्त और कोई परिणाम नहीं होता । वृक्क रोगोंमेंसे कुछ विशेष जातियोंकी व्याधियोंका कथन करना आवश्यक है । इस लिए एलब्यूमिन्यूरिया ( Albuminuria ), यूरेमिया ( Uræmia ), ब्राइट्स रोग ( Bright's Disease ), मूत्राशयके रोग ( Bladder, Diseases of, ) शीर्षक लेख देखने चाहिये ।

### एलब्यूमिन्यूरिया Albuminuria.

**ए**लब्यूमिन्यूरिया उस रोगको कहते हैं, जिससे पीड़ित होनेपर मूत्रमें एलब्यूमिनका अंश रहता है । यह रोग इस लिए बहुत ध्यान देने योग्य है कि इससे शरीरका क्षय होनेपर स्वास्थ्यकी दशा दिनोदिन अधोगतिको प्राप्त होती रहती है, और प्रायः वृक्क या हृदय सम्बन्धी भयङ्कर रोगोंके लक्षण प्रगट होते हैं ।

एलब्यूमिन्यूरियाकी दो जातियां हैं; एक द्र्यू एलब्यूमिन्यूरिया, ( True albuminuria ) जिसमें वृक्क द्वारा एलब्यूमिनका प्रवाह होनेपर शरीरका क्षय होता रहता है, और दूसरी फ़ाल्स एलब्यूमिन्यूरिया ( False albuminuria ) जिसकी दशामें एलब्यूमिन वृक्कके अतिरिक्त मूत्रमें अन्य किसी प्रकार आता है । और द्र्यू एलब्यूमिन्यूरियाकीभी दो जातियां हैं, जिनमेंसे एक तो फंक्शनल एलब्यू-

मिन्यूरिया ( Functional albuminuria ) है, जिसमें वृक्के अतिरिक्त अन्य किसी अवयवके कारण वृक्के दूषित होनेपर, वृक्के साथ एलब्यूमिन आता है, और स्पष्ट रूपसे वृक्क रोगका अनुभव नहीं होता, और दूसरी एलब्यूमिन आव ब्राइट्स डिजीज आव दे किडनीज ( Albumin of Bright's disease of the kidneys ) है, जिसका कयेन ब्राइट्स रोग—(Bright's disease) में मिलेगा ।

यद्यपि फंक्शनल एलब्यूमिन्यूरियाका प्रत्यक्षमे किसी वृक्क रोगके साथ सम्बन्ध नहीं होता है तथापि नित्य प्रति एलब्यूमिनका प्रवाह होनेसे स्वास्थ्यका पतन होता रहता है, और यदि अधिक कालतक यह रोग दूर न किया जाय तो ब्राइट्स रोग प्रगट हो जाता है । इस लिए यह रोग बहुतहां भयंकर है । प्रायः समस्त जातिके ज्वरोसे पीड़ित होने, अधिक समयतक तीक्ष्ण सूर्यतापमे परिश्रम करने, चूल्हेके सन्मुख बैठने या किसी प्रकार शरीरमें अधिक दाह होनेसे मूत्रमे एलब्यूमिन आने लगता है । किन्तु इस प्रकार मूत्रमे आनेवाला एलब्यूमिन ज्वरका इति होने या सूर्यके तापादिसे सुरक्षित रहनेपर स्वयं वन्द हो जाता है । स्कर्वी (Scurvy), एनेमिया (Anæmia), ल्यूकेमिया (Leucæmia) सरीखे रक्त-विकारके रोगों और लेड (Lead) या मर्करी—(Mercury) से रक्तके दूषित होने या कदाचित् रक्तमें परिवर्तन होनेके कारण स्त्रीको गर्भ होनेपर एलब्यूमिन आने लगता है । किन्तु इस प्रकार एलब्यूमिनका आना रक्तके शुद्ध हो जाने और गर्भिणीको कुछ मास व्यतीत हो जानेपर स्वयं वन्द हो जाता है । किन्तु यदि गर्भिणीको एलब्यूमिन आने लगे तो बड़ी सावधानीसे चिकित्सा करनी चाहिये अन्यथा रोग भयङ्कर दशा-वारण कर लेता है । हृदय रोगमें वृक्कमें रक्त एकत्र होजानेसे एलब्यूमिन्यूरियाके कारण शरीर अधिक क्षय होता रहता है, और इपिलेप्सी—(Epilepsy) की दशा मेभी यह रोग हो जाता है । इसके अतिरिक्त अधिक परिश्रम या शीतल स्नानोके कारण दाह होनेपर इस रोगकी उत्पत्ति हो जाती है । कुछ रोगियोंको, जोकि देखनेसे स्वस्थ प्रतीत होते हैं, केवल प्रातःके समय या भोजन करनेके उपरान्त मूत्रके साथ एलब्यूमिन आया करता है । परन्तु अविकांश इस रोगकी उत्पत्ति उन्हीं मनुष्योंके शरीरमें होती है, जो मास, चर्बी, घृत, तैल, मच्छली और अण्डो आदि—(Animal diet) पर अधिक जीवन निर्वाह करते हैं ।

फारस एलब्यूमिन्यूरियाकी दशामें पाचन और शोषण शक्तियोंके विगड़ जाने

या कुछ भयङ्कर रोगोंसे पीड़ित होनेपर सूत्रके साथ एलव्यूमोसेज़ ( Albumoses ) और पेप्टोन्स ( Peptones ) आते हैं । अधिक अण्डे सेवन करनेसे पाचन शक्तिमें दोष हो जानेके कारण सूत्रके साथ अण्डोंका एलव्यूमिन-( Egg-albumin ) भी आने लगता है । सूत्र-नालीके अन्य भागों जैसे सूत्राशय-(Bladder) की दाह या स्पर्मेटोरिया-( Spermatorrhoea ) मेंभी सूत्रके साथ एलव्यूमिन आसकता है ।

इस रोगकी दशामे यदा, कदा एलव्यूमिन आया करता है, और रोगके अधिक समयतक शरीरमें रहनेपर रक्तकी न्यूनता ( Anæmia ), निर्बलता और अस्वस्थताके लक्षण प्रगट होते हैं । पहिला लक्षण रक्त-कोषोंकी गतिमें बाधा होना सिद्ध करता है और इसके उपरान्त उसका एलव्यूमिन्यूरियामें परिवर्तन हो जाता है, जिससे नेत्रों और गट्टोंकी निकटवर्ती त्वचा फूल जाती है, शरीरका वर्ण फीका हो जाता है, त्वचा रूखी प्रतीत होती है, पाचन क्रिया बिगड़ने लगती है, हृदय-धड़कनमें वृद्धि हो जाती है, अस्थिर पीड़ाओका अनुभव होता है, शिर पीड़ा और दुर्बलता दुःख दिया करती है और साधारण परिश्रमसे थकनका ज्ञान होता है ।

किसी प्रकारके एलव्यूमिन्यूरियाकी अवस्थामें केवल अनार सरीखे कोमल रसीले और अनुत्तेजक आहारपर स्खकर रोगीको प्रति दिन आवश्यकतानुसार छातीसे उदर पर्यन्त और कमरपर दो, दो घन्टे ताप पहुंचाना चाहिये, और यदि रोगीकी सामर्थ्यमें हो तो यथा शक्ति स्वच्छ वायुमें प्रात और सायंक समय उसको टहलाना चाहिये ।

एलव्यूमिन्यूरिया बहुतही भयङ्कर रोग है, इसलिए वह बहुत कालमें और बड़ी कठिनतासे पूर्ण पथ्यसे रहनेपर दूर होता है; और यदि रोगी पथ्यसे न रहे तो यह रोग प्राणोंके साथही जाता है ।

इस रोगमें पाचन शक्ति बहुतही बिगड़ जाती है और शरीर बहुतही निर्बल हो जाता है । इस लिए केवल रसीले फलोपर रोगीके निर्वाह न करनेपर न तो उसकी पाचन क्रियामेंही सुधार होता है और न आवश्यकतानुसार रक्तकी उत्पत्ति होकर उसके शरीरको शक्तिही प्राप्त होती है । अतः रोगीको चाहिये कि क्षुधाके अनुसार रसीले अनुत्तेजक और चैतन्य फलोंका सेवन करके शीघ्र अपनी पाचन शक्तिको ठीक करे और शरीरमें रक्त बढ़ाकर बलकी वृद्धि करे ।

एल्यूमिनियूरियाका एक रोगी सेप्टेम्बर सन् १९१५ ई० में हमको लाहौरमें मिला था । उसकी आयु तैंतालीस वर्ष थी, और अनेक बार मूत्रकी परीक्षा होनेसे उसके मूत्रमें एल्यूमिन आना सिद्ध हो गया था । हमने उसको उसी समय केवल रसीले फलो, अर्थात् आरम्भ कालमें अनार, संगतरा और माल्टा तत्पश्चात् उच्च फलोंके साथ, साथ खुर्मांनी, कागमीरी नागपाती, लोकाट और शहतूत आदि सेवन करने और दिनमें दो बार उदरसे छाती पर्यन्त एवं कमरपर दो, दो घण्टे ताप पहुंचानेकी सम्मति दी थी । परन्तु उस समय उसने हमारी सम्मतिपर कोईभी ध्यान नहीं दिया । क्योंकि उसे फलोपर जीवन निर्वाह करना स्वीकार न था । अतः दिनो दिन, यद्यपि बहुत धीरे, धीरे, उसका रोग वृद्धिको प्राप्त होता गया; और शरीरकी यह दशा हो गयी कि वह साधारण परिश्रमसेही थक जाता था, प्रत्युत किसी कार्यके करनेको उसका मनही नहीं करता था, बहुधा गिर और कमरमें पीडाका अनुभव होता था, पाचन शक्ति दिनोदिन बिगड़ती जाती थी और समस्त रूपेण शरीर रोगी प्रतीत होता था । अतएव जब हम आगस्ट सन् १९१८ ई० में लाहौर गये तो उसने फिर हमसे चिकित्सा करनेकी प्रार्थना की । क्योंकि वह अनेक प्रकारकी चिकित्साएं करते, करते दुःखी होगया था, और उस समय एलोपैथिक डाक्टर्सकीभी यही सम्मति थी कि वह केवल फलो या शाकोंपरही रहे । अतः हमने उसे चिकित्साके आरम्भ कालमें चार मास पर्यन्त केवल वेदाना या मस्क्ती अनार, संगतरा और माल्टाही सेवन करनेकी आज्ञा दी । इसके उपरान्त धीरे, धीरे अन्य रसीले और अनुत्तेजक फलोंके सेवन करनेकी सम्मति देते रहे । किन्तु वह एक सम्पत्ति शाली पुख होते हुएभी बहुत लोभी था । इस लिए वह प्रायः मध्यम श्रेणीके फल या कम नूत्यमें प्राप्त होनेवाले शाकोंकी आज्ञा देनेके लिए बहुत आग्रह किया करता था । क्योंकि वह क्षुधामें वृद्धि हो जानेके कारण ४, ५ रुपयेके फल नित्य खाता हुआभी बहुतही शोका करता था । उसके इस प्रकार नित्य प्रति शोकेके कारण हमको विवश हो उसे कद्दू ( लौका ), तोरी, टिन्डे, चबेडे, टोमेटो और अन्य कोमल शाक उबालकर सेवन करनेकी आज्ञा देनी पड़ी थी । हमने प्राय दो मासतक उसको दिनमें तीन बार दो, दो घण्टे उदरसे छाती पर्यन्त और कमरपर ताप पहुंचानेकी सम्मति दी थी । इसके उपरान्त हमने उसको प्रति दिन दो बार ताप पहुंचानेको लिखा था । अतएव



फल यह हुआ कि चार मासके उपरान्त मूत्र परीक्षा होनेसे यह सिद्ध हुआ कि मूत्रमें एलब्यूमिनका अंश नहीं है, उसकी क्षुधामें असाधारण वृद्धि हो गयी, शरीर चैतन्य दीखने लगा, गात्रमें किसी प्रकारकी पीड़ा न रही और दिनोदिन बल-वृद्धि होने लगी । यद्यपि केवल चारही मासमें उसको आशासे अधिक लाभ हुआ, तथापि हमारी सम्मतिके अनुसार उसको एक वर्षसेभी अधिक चिकित्साके नियमोंका पालन करना पड़ा ।

### ब्राइट् 'स रोग Bright's disease.

पश्चिमी विद्वानोंमें सबसे पूर्व सन् १८२७ ई० में डाक्टर रिचर्ड ब्राइट ( Dr. Richard Bright ) ने ब्राइट् 'स रोगका खोज किया है, इसीसे उस रोगका नाम ब्राइट् 'स डिजीज़ पड़ा है । वास्तवमें ब्राइट् 'स रोग और एलब्यूमिन्यूरिया एकही रोग हैं । अन्तर केवल इतनाही है कि इस रोगमें एलब्यूमिन्यूरियाकी अपेक्षा वृक्की दशा अधिक बिगड़ जाती है, जिससे प्रायः ड्रूप्सीके लक्षण प्रगट हो जाते हैं, मूत्र न्यूनताके साथ आता है, वमन होने लगती है, मूत्रके साथ अधिक एलब्यूमिन तथा वृक्के क्षय होनेके कारण अन्य पदार्थ आने लगते हैं, मूत्रका वर्ण भदमैला, बुएं या रक्तके समान होता है, शरीरका क्षय होना प्रतीत होता है, कमरमें पीड़ा और श्वास क्रियामें घबराहट प्रतीत होती है । इस रोगके होनेपर शरीरके निर्वल हो जानेके कारण बहुधा अन्य रोगोंकीभी उत्पत्ति हो जाती है । बहुधा रोगियोंके लिए यह रोग कालही होता है । क्योंकि इस दुष्ट रोगको दूर करनेके लिए रोगी पूर्ण पथ्यसे रहकर पूर्ण रूपेण चिकित्साके नियमोंका पालन करनेमें अपनी आर्थिक स्थिति या चिड़चिड़े स्वभावके कारण बहुत कम समर्थ होते हैं ।

इस रोगकी उत्पत्तिका मूल कारण वही है जो एलब्यूमिन्यूरियाका है । यह रोग बहुधा शीत लगने, किसी विपके सेवन करने या तीव्र जातिके ज्वरों या अन्य रोगोंसे पीड़ित होनेपर वृक्के रक्तके एकत्र होकर दूषित होनेपर तीव्र रूप धारण कर लेता है, जो कि बहुतही भयङ्कर होनेसे प्रायः रोगीकी मृत्युका कारण होता है या रोगकी मन्दावस्थामे परिवर्तित हो जाता है ।

इस रोगकी वही चिकित्सा और पथ्य है जो एलब्यूमिन्यूरियामें होती है । किन्तु भयङ्कर दशामे रोगीको अधिकाधिक उष्ण तापका जल पान कराना चाहिये, जिससे

एकत्रित रक्त अपनी गति करने लगे, अधिक मूत्रका त्यागन होनेसे वृक्कादिसे शीघ्र दूषित पदार्थ निकल जाय और अन्त्र नियमित रूपसे कार्य करके शरीरको स्वच्छ करती रहें। इसके अतिरिक्त यथा शक्ति उदरसे छाती पर्यन्त और कमरपर ताप पहुंचावें, जिससे वृक्कादिमें रक्त एकत्र न हो, प्रत्युत उचित तो यही है कि जबतक रोगका भय अधिक हो समस्त शरीरको टव द्वारा ताप पहुंचाया जाय, और यदि यहभी न हो सके तो ताप पहुंचानेके उपरान्त मृत्तिकाके उष्ण वड वन्धनोका प्रयोग करना चाहिये, और चारपायीके नीचे कोयले जलाकर रोगीको सहा ताप पहुंचाया जाय। रोगीके शय्यनागारमें वायुका यथेष्ट सञ्चार रहे, और रोगीके ओढ़ने-विछानेके वस्त्र ऊनी और स्वच्छ होने चाहियें।

यों तो शरीरमें होनेवाले समस्त रोगोमेही ताप पहुंचानेके उपरान्त मृत्तिकाके उष्ण वन्धनोका प्रयोग करना अत्योत्तम है, परन्तु एल्यूमिनियूरिया और विशेषकर ब्राइट्स डिजीजमें यदि चौबीसों घंटे टव द्वारा ताप पहुंचाना सम्भव न हो तो कमसे कम उष्ण मृत्तिका वन्धनोका प्रयोग करना इस लिए आवश्यक है कि वृक्कादिमें एकत्रित रक्त-रुण छिन्न-भिन्न होते रहें, और रक्त सञ्चारमें बाधा न हो, तथा शरीरमें उपस्थित दाहवश विकृत पदार्थ शुद्ध होकर चिपक न जावे, और दूषित पदार्थोंके निकलनेमें उसी प्रकार सरलता हो, जिस प्रकार उष्ण जलसे त्वचाका मल फूलकर सुगमतापूर्वक छूट जाता है। प्रत्युत हमारी सम्मतिमें शरीरके प्रत्येक दुष्ट या दाहण गेगसे पीड़ित रोगीको यदि टव द्वारा प्रत्येक समय ताप पहुंचाना सम्भव या आवश्यक न हो तो ताप पहुंचानेके उपरान्त प्रत्येक समय जिस स्थानपर आवश्यकता हो वन्धनो द्वारा ताप पहुंचाना चाहिये, वास्तवमें वन्धनो, जिनमें विशेष रूपसे वड-वन्धन है, की महिमा अपूर्व है। इसकी प्रशंसामें जो कुछभी कहा जाय वह थोड़ा है। किन्तु अनेक रोगी मिश्रीके वन्धनोका प्रयोग करना कष्ट जनक समझते हैं। इसके अतिरिक्त शीतकालमें शीतके भयसेभी उनका प्रयोग करना नहीं चाहते। परन्तु ऐसी अवस्थामें वन्धनोका प्रयोग करनेके लिए चारपायीके नीचे दहकते हुए। धुएँसे रहित कोयलोकी जितनी अग्निका ताप शरीरको सहा और सुख प्रद अनुभव हो रखकर पहुंचाया जा सकता है, और उससे बहुत कुछ लाभ होता है। क्योंकि वन्धनोके कारण त्वचा, फुफ्फुम, हृदय, यकृत, वृक्, आमाशय, मूत्राशय और अन्त्रादि समस्त अवयव नियमित रूपसे अपने कर्तव्योंका पालन

करके गरोरकी रक्षा करते हैं । केवल उसी समय बन्धनोका प्रयोग शरीरको हानि-कारक होता है जबकि मृत्तिका जल हीन अर्थात् शुष्क हो जाती है । अतएव मृत्तिकाके शुष्क होनेसे पूर्व पहिला बन्धन खोलकर दूसरा बन्धन लगा देना चाहिये । इसके अतिरिक्त अपवित्र स्थानोंकी मृत्तिकाभी लाभकी अपेक्षा हानिही पहुंचाती है । अतः सदा पवित्राति पवित्र स्थानकी स्वच्छ और चिकनी मृत्तिकाही इस कार्यके लिए प्रयोग करनी चाहिये । शरीरसे रोगका इति होनेपर जिस प्रकार ताप पहुंचानेसे हानि पहुंचती है उसी प्रकार बन्धनोका प्रयोग करनेसे त्वचा एवं शरीरके अन्य अवयवोंको हानि पहुंचती है । इस लिए रोगमें जितनी, जितनी न्यूनता होती जाय उसी क्रमसे बन्धनोकी संख्या या तापके समयमेभी न्यूनता करते जाना चाहिये ।

एप्रिल सन् १९२२ ई० में मेरठसे एक रोगी, जो कि ब्राइट्स डिजीजसे पीड़ित था, हमारी सम्मति लेने दिल्ली आया । उसकी आयु पचास वर्ष थी, और कई वर्षसे उसके मूत्रमें एल्ब्यूमिन आता था । परन्तु उस समय उसके रोगने अति भयङ्कर रूप धारण कर लिया था । उसकी अन्न एनिमाका प्रयोग करते, करते इतनी कर्तव्य च्युत हो गयीं थी कि किसी ऐसे रेचक पदार्थका, जिससे शरीरको अधिक हानि न हो, कोई प्रभाव न होता था । इस लिए उसके डाक्टर प्रत्येक तीसरे दिन उसके एनिमा लगवाकर मल त्यागन करवाया करते थे । कभी, कभी मल त्यागनेके उपरान्त उसकी दशा बहुत कुछ सुधर जाती थी । परन्तु वह ऐसा सुख और चटोरा था कि तनिकभी दशा सुधरनेपर वह गाड़ीमें बैठ वायु सेवनके वहाने सीधा बाजार पहुंचता था; और वहां जाकर मनमाने दूषित चाटके उत्तेजन पदार्थ स्वयं भक्षण करता था और अपने माय जानेवाले कर्मचारियोंकोभी इस लिए भले प्रकार चढ़ता था, जिससे वह लोग घर आकर न रुटे; किन्तु किसी न किसी प्रकार यह नैद चुल्लू जाता था । अतएव उसके इस रूपन्ध और औषधियोंकी रूपाने दिनों दिन रोग बढ़ताही गया । उसको कभी स्वच्छ वर्णका मूत्र नहीं होता था । उसके समस्त शरीरमें पीड़ाका अनुभव हुआ करता था, और पीड़ा एवं अजीर्ण या अन्य कारण वश दाढ़की वृद्धि होनेपर गत वर्षका मूत्रनी अनेक जाता था । इसके अतिरिक्त मूत्रमें अन्य अनेक पदार्थोंका भी अनुभव होता था । उसी सुषमें बहुत न्यूनता हो गयी थी और शरीरनित्य प्रति अब हो रहा था । हमने

उसके भाईसे उसकी समस्त गाथा सुनकर इसलिए चिकित्सा करना स्वीकार न किया कि हमारी दृष्टिमें उसके नियमानुकूल पथ्यसे न रहनेपर उसको लाभ पहुंचना सम्भव न था । किन्तु उसके भाईके बहुत कुछ विश्वास दिलाने और आग्रह करनेपर हमने उसकी चिकित्सा करना आरम्भ किया । हमने निरन्तर तीन मास-तक उस रोगीको दिल्लीके समीप रहनेकी आज्ञा दी । हमने उसको प्रतिदिन दो बार दो, दो घण्टे कमर और छातीसे उदर पर्यन्त ताप पहुंचाने, तापके अतिरिक्त समयमें उष्ण धड बन्धनोंका प्रयोग करने, सूर्यके सहन तापमें बहुधा बैठने, सायं एवं प्रातःके समय यथा शक्ति टहलने और प्रति रविवारको टवमें बैठकर एक घण्टे-तक सह्य उष्ण तापके जलसे न्नान करने, और कुछ मासतक केवल बेदाने अनार एवं सगतेरपर निर्वाह करनेकी सम्मति दी थी । फलतः पहिले सप्ताहमेंही उसके शरीरमें चैतन्यताके दर्शन हुए, दूसरे सप्ताहमें मल त्यागनमें जो कष्ट होता था जाता रहा, प्रत्युत सदाको एनिमाकी दासत्वसे पीछा छूट गया, एक मास चिकित्सा करनेके उपरान्त उसके मूत्रमें एल्यूमिन आनेकी मात्रा बहुतही न्यून हो गयी, जिससे दिनो दिन मूत्र स्वच्छ होने लगा । धीरे, धीरे उसके समस्त शरीरकी पीडाओंका इति हो गया और मूत्र पूर्ण रूपेण निर्मल दीखने लगा । ज्योंही वह नियमानुकूल मल त्यागन करनेमें समर्थ हुआ त्योंही उसकी क्षुधामें वृद्धि होनेके कारण शरीर पुष्ट होने लगा । उस रोगीको पूर्णतया लाभ होने में तीन वर्ष लगे थे, फिरभी कुछही दिन चिकित्सा करनेके उपरान्त उसकी जिन्हासे चटोरपनका दुर्व्यसन जाता रहा । क्योंकि शीघ्रही अजीर्णका इति होनेसे उसके मुखका स्वाद, जो कि अजीर्ण वश प्रत्येक समय विगडा हुआ रहता था, ठीक रहने लगा, और फिर किसी उत्तेजक (जाटवाले) पदार्थोंके सेवनकी इच्छा न रही । इसके अतिरिक्त उसको ऐसे स्थानपर रक्खा गया था कि जहां दूषित पदार्थोंके दर्शन तो क्या नामभी न सुनायी दे ।

### मूत्राशयके रोग Diseases of the Bladder

**मूत्राशय** सम्बन्धी रोग प्रायः वृक्कके कर्तव्य च्युत होने, आमाशयमें दूषित पदार्थोंकी उत्पत्तिसे विषैले और स्थूल पदार्थोंके एकत्र होने, नाडियोंके निर्बल होने, समयपर मूत्रका त्यागन न करने, ट्यूमर या किसी अन्य फोड़े अथवा घावके होने, या प्रहार अथवा किसी अन्य कारणसे मूत्राशयमें दाह और

शोथ होनेसे होते हैं, जिससे या तो मूत्राशयमे पथरी हो जाती है, या मूत्रके त्याग-  
नमें बाधा उपस्थित होती है, या मेरूदण्ड सम्बन्धी व्याधिया हो जाती हैं, या  
गठिया ( Rheumatism ), एवं गाउट ( Gout ) आदि सरीखे अन्य  
रोगोकी उत्पत्ति हो जाती है ।

मूत्राशय सम्बन्धी समस्त रोगोंमें वही चिकित्सा और पथ्य होना चाहिये जो  
वृक्-रोगमे होता है ।

## अश्लील रोग

### उपदन्श रोग Syphilis.

**उ**पदन्श रोग मानव जातिका नाश करनेके निमित्त बहुतही भयङ्कर और  
संक्रामक है । यह रोग उपदन्श पीड़ित रोगीके साथ मैथुन करनेसेही  
नहीं, प्रत्युत उपदन्शके घावोसे संसर्ग होनेसेभी हो जाता है । अपरञ्च उपदन्श  
पीड़ित रोगीके पात्र या वस्त्र प्रयोग करनेवालेकोभी हो जाता है, परन्तु यह  
प्रसन्नताकी बात है, कि अधिकांश इस प्रकार उपदन्शके होनेपर उसका शीघ्र इति-  
भी हो जाता है । इसके अतिरिक्त माता-पितामेंसे किसीके उपदन्श ग्रस्त होनेपर  
सन्तानको संसारमें आनेसे पूर्वही उपदन्श रोग हो जाता है, और वह उपदन्शकी  
समस्त जातियोमें सबसे अधिक भयङ्कर और संक्रामक होता है । इसकी दशामें  
अधिकांश बालक तो उपदन्शसे पीड़ित होनेके कारण समयसे पूर्व गर्भपात होनेपर  
मृत्युको प्राप्त होते हैं, और जो उस समय किसी प्रकार बच जाते हैं वह संसारमें  
रोगी बनकर आनेके कारण शीघ्र कालके गालमे पहुँच जाते हैं, किन्तु यदि किसी  
भाति वह मृत्युसे बच जाते हैं तो जीवन पयन्त उपदन्श पीड़ासे दुःख भोगते हैं;  
और यदि उनके सन्तान होती है तो वहभी उन्हींके समान नारकीय जीवन भोगती  
है । माताके गर्भसेही उपदन्शसे पीड़ित बालकोके मुख एवं नासिकामे दाहका अनु-  
भव होता है, जिससे वह स्थान रक्त-वर्ण दीखते हैं, या उनमे छाले प्रतीत होते हैं ।

उपदन्श रोगकी उत्पत्ति कहासे हुई ? इस विषयमे समस्त विद्वानोंके भिन्न, भिन्न  
मत हैं, परन्तु यह स्पष्ट है कि सबसे पहिले सन् १४९४ ई० में, जब फ्रेञ्च सेनामे  
उपदन्श रोग फैला था, तभी जनताका ध्यान इस रोगकी ओर गया था । किन्तु  
इससे पहिले कुछ विद्वानोंका मत है कि अमेरिकाकी अपवित्र जातियो द्वारा इसकी  
उत्पत्ति हुई, कुछका कहना है कि एशियासेही इसकी उत्पत्ति है । परन्तु

इन कल्पनाओंमेंसे कोईभी किसी प्रमाणके आधारपर नहीं है। इस लिए जबसे फ्रेञ्च सेनामें उपदन्श रोगकी उत्पत्ति हुई है प्रत्यक्ष रूपमें तभीसे इसका पता चलता है। इससे पहिले पाश्चात्य विद्वानोंको सिफिलिसका ज्ञान नहीं था। कदाचित् वह उपदन्शकी गणना ट्यूबरक्यूलोसिस और कुष्ठ रोगमेंही करते थे। किन्तु फ्रेञ्च सैनिकोंमें जब उपदन्श भयङ्कर रूपसे फैला तो इसका नाम फ्रेञ्च पाक्स या ग्रेट पाक्स रक्खा गया, तदुपरान्त सोलहवीं ईसा शताब्दीमें इसको सिफिलिसका नाम दिया गया।

पाश्चात्य विद्वानोंने उपदन्शकी तीन श्रेणी रखी हैं, जिनमेंसे उनके कथनानुसार प्रथम श्रेणीमें तो रोगीको उपदन्शका ज्ञानही नहीं होता, और दूसरी श्रेणीमें उपदन्शके घाव या वन्धे, प्रत्यक्ष देखने लगते हैं और तीसरी श्रेणीमें रोग इतना भयङ्कर हो जाता है कि बहुधा रोगीकी मृत्यु हो जाती है, या उपदन्शसे ट्यूबरक्यूलोसिस होनेपर क्षयी रोगकी उत्पत्ति हो जाती है, या कुष्ठका जन्म हो जाता है, या अन्य अनेक रोग हो जाते हैं।

उपदन्श एक बहुतही दुष्ट रोग है, यह धोखा दे, देकर आक्रमण करता है। इसीसे कभी, कभी रोगी यह समझता है कि उपदन्शसे उसका पीछा छूट गया और फिर कुछ मास या वर्षके उपरान्त अपनेको उपदन्श ग्रस्त पाता है। सारांश यह है प्रायः सभी वह चिकित्साएँ जो औषधियोंके आधारपर स्थिर हैं उपदन्शको समूल नष्ट करनेमें व्यर्थ सिद्ध हुई हैं। हा, यह अवश्य है कि औषधियों द्वारा उपदन्शका रूपान्तर होकर उसका अन्य रोगोंमें परिवर्तन हो जाता है, और इस बातको रोगी नहीं समझता। इसीसे वह समझता है कि उपदन्शका इति हो गया।

पक्षाघात, उन्माद, क्षयी, कुष्ठ, रक्त वाहिनी नालियों एवं त्नायुका शिथिल होना, अनेक प्रकारके घाव हो जाना और अन्य अनेक रोगोंकी उत्पत्तिका कारण उपदन्श हो जाता है। अतः उपदन्शकी पथ्यके साथ उस समयतक चिकित्सा करनी चाहिये जबतक कि उसका पूर्ण रूपेण इति न हो जावे।

उचित तो यही है कि उपदन्शके रोगीको शिरसे पैरतक समस्त शरीरपर जल द्वारा टबमें लिट्राकर ताप पहुंचाया जाय, और प्रदाहित स्थानों या घावों आदिपर ताप पहुंचानेके उपरान्त उष्ण मृत्तिका बन्धनोका प्रयोग होना चाहिये। किन्तु यदि टब द्वारा ताप न पहुंचाया जा सके तो छाती और उदरपर उष्ण जल द्वारा निचोड़े



हुए उदर एवं छातीपर ताप और उष्ण मृत्तिका बन्धनोका प्रयोग करना चाहिये, जिससे बालकका समयसे पूर्व गर्भसे पतन न हो जाय, और जिस समय वह सस्य-रमें आय नीरोग हो । बालकके जन्म लोनेके उपरान्त माताको उस समयतक अपने गरीरको ताप पहुंचाना चाहिये जबतक बालक दुग्ध पान करे अन्यथा बालकको दूध पिलानेके निमित्त किसी अन्य वायका प्रबन्ध कर दिया जाय, और बालककोभी यथेष्ट समय ताप पहुंचाना चाहिये ।

उपदन्दासे पीड़ित एक रोगिनी सन् १९१३ ई० के अन्तमें नगीनेसे विजनौरके स्थानपर हमसे चिकित्सा कराने आयी थी । उसका पति एक साधारण हलवाई था, किन्तु फिरभी वह अनेक चिकित्सकों द्वारा उसकी चिकित्सा करा चुका था । अन्तमें वह विजनौर आयी; किन्तु हन उसी दिन दिल्लीमें जा रहे थे, इस लिए शीघ्रताके कारण हम उसे भले प्रकार देखभी न सके फिरभी हमने उसे बड़ बन्धनके साथ, साथ प्रदाहित स्थानों और घावोंपर बन्धनोंका प्रयोग एवं रसीले फल सेवन करनेकी सम्मति दी । किन्तु धनाभावसे वह फलोंपर निर्वाह न कर सकी । इस लिए विवश हो उसे गैहूँका दलिया और दूध सेवन करनेकी आज्ञा देनी पड़ी । परन्तु यह हमारी भारी भूल थी । क्योंकि अनुभवसे यह सिद्ध हो चुका है कि उपदन्दाही नहीं प्रत्युत कोईभी रोग, जिसका रक्तमें सम्बन्ध है अन्न सेवन करते रहनेपर समूल नष्ट नहीं होते । किन्तु यह सब कुछ जानतेहुएभी इस लिए हमको ऐसा करना पड़ा था कि रोगिनीका हमारे पहिले श्वसुरालयसे कोई दूरका सम्बन्ध होनेसे हमारे सालेकी खीने हमें उसकी चिकित्सा करनेकी बाध्य किया था । जिस समय हमने चिकित्सा करना प्रारम्भ किया था रोगिनीकी आयु-प्राय तीस वर्ष थी, उसकी दोनों टांगे नीचेसे ऊपरतक उपदन्दाके गहरे घावोंसे सड़ रही थीं, और समस्त शरीर धका हुआ था । मृत्तिकाके उष्ण बन्धनोका प्रयोग करनेके एक मास उपरान्त टांगोंके समस्त घाव भरकर आरोग्य हो गये थे और प्रत्यक्ष रूपसे रोगिनीको उपदन्दाके लक्षण प्रतीत नहीं होते थे । अतः उसने कुछही दिनके उपरान्त बन्धनोका प्रयोग बन्द कर दिया, जिससे कोई एक वर्षके उपरान्त फिर उपदन्दाका साधारण आक्रमण हुआ, किन्तु फिर हमारा विजनौर जाना नहीं हुआ । इस लिए हमको इसके पश्चात् कोई ज्ञान नहीं । हमन इस रोगिनीको जल द्वारा ताप पहुंचानेकी इस भयसे सम्मति नहीं दी थी कि



विजनौर और मुरादाबादमें डाक्टर कोहनीकी चिकित्साका अधिक प्रचार होनेसे वहां कुछ बुद्धिके शत्रु ऐसे जल चिकित्सकोकीभी कमी नहीं है जो डाक्टर कोहनीके अतिरिक्त अन्य विद्वानोके मतानुसारभी चिकित्सा करते, और उस चिकित्सापर अपने आविष्कारकी छाप लगानेमें तनिकभी लज्जा और संकोच नहीं करते हैं, कहीं हमारी चिकित्सा विधिकोभी अपनी आविष्कृत विद्या न बना बैठें । क्योंकि हमने कई बार इस बातका अनुभव किया है कि दो मुरादाबादके और एक विजनौरके महाशयने हमारी चिकित्सा विधिको अपना कहकर उससे कई रोगियोंकी चिकित्सा की । इसीसे हमने विजनौर, मुरादाबाद और उनके निकटवर्ती स्थानोंमें उस समयतक जबतक कि प्राकृतिक विज्ञानका प्रकाशन न हो जाय अपनी चिकित्सा विधिका प्रचार करना स्थगित कर दिया । किन्तु वास्तवमें यहभी हमारा भूलही थी । क्योंकि

**चित्र यह अङ्कित कहा करेतू, नेकहु प्राकृत नाहिं बनेगो ।**

**कोटि उपाय करे जो 'कर्नल,' फेरहू चित्रको चित्र रहेगो ॥**

उपदन्शके एक रोगीने मार्च सन् १९१८ ई० में मिस्टर खान मो० खा, तहसीलदार अजनाला, द्वारा हमको जस्सड़ ज़िला स्यालकोटमें बुलवाया था । वह एक अच्छा धनिक था, उसकी आयु प्रायः पैंतीस वर्षकी थी और चिरकालसे उपदन्श ग्रस्त था, और अनेक चिकित्साएं करते, करते दुःखी होगया था, उसके नेत्र प्रत्येक समय लाल रहते थे, शरीरमें स्थान, स्थानपर उपदन्शके चकते थे, और वह अपने जीवनसे बहुत दुःखी था । अतः हमने उसे मृत्तिका बन्धनोंके प्रयोग करने एवं अनुत्तेजक और रसीले आहारकी सम्मति दी थी, जिससे उसे बहुत कुछ लाभ पहुंचा किन्तु जिस दिन हम उसको उष्ण जल द्वारा ताप लेनेकी सम्मति देना चाहते थे, उसी दिन उसकी बातोंसे यह भास हुआ कि वह हमारी फीस देनेकोभी प्रस्तुत नहीं है । अतः हमनेभी उसे कोई उचित सम्मति देना नीति विरुद्ध समझा और वहासे प्रस्थान कर दिया । फलतः उसके रोगका समूल नाश न हुआ; प्रत्युत कुछ दिन उपरान्त उसको पक्षाघात हो गया । इसके उपरान्त हमको उसके कोई समाचार नहीं मिले ।

उपदन्श पीड़ित एक रोगी हमको सन् १९२२ ई० में अजमेरमें मिला था । वह एक ऐसे सम्प्रदायका साधु था, जिसमें छोटे, छोटे बालक मोल लेकर साधु बनाये जाते हैं, जिसमें हरे फलो या शाकोंका सेवन करना एवं अग्निका

प्रयोग करना धार्मिक दृष्टिसे निषेध है । अतएव हमको उसकी चिकित्सा करना असम्भव प्रतीत हुआ । क्योंकि यदि अग्निका प्रयोग न किया जाय तो ताप किस प्रकार पहुंचाया जाय और यदि फलोंका आहार न हो तो रक्तकी शुद्धि आदि कैसे हो । अतः हमने उसकी चिकित्सा करना अस्वीकार किया । निदान उसने अपने उस सधु वेशका परित्याग करके पूरे पथ्य और परिश्रमसे आवृत्ति रखकर अपनी चिकित्सा की । वह हमारी सम्मत्यानुसार प्रति दिन तीन बार दो, दो घण्टे टव द्वारा समस्त शरीरको ताप पहुंचाता था । इसके उपरान्त प्रत्येक समय बड़ एवं घावोंके स्थानपर उष्ण मृत्तिका बन्धनोंका प्रयोग करता था । क्योंकि उसकी आयु पच्चीस वर्षसे अधिक नहीं थी और वनकीभी कोई कमभी न थी, इस लिए उसके समस्त शरीरके घाव बहुतही शीघ्र आरोग्य हो गये । किन्तु इसपरभी रोगका इति होनेमें ढाई वर्ष लगे थे ।

### साफ्ट सोर Soft Sole.

**सा**फ्ट सोर उपदन्शके भाई बन्धुओंमेंसेही है । केवल अन्तर यही है कि इसकी उत्पत्ति जिन ग्रन्थियोंमें होती है उनके घाव आदि उन्हींतक परिमित रहते हैं, और यह उपदन्शके समान भयङ्कर नहीं होता है । किन्तु यह सम्भव है कि इसके साथ, साथ उपदन्शकी उत्पत्तिभी हो जाय या उपदन्शके साथ इसकी उत्पत्ति हो जाय ।

साफ्ट सोरकी वही चिकित्सा और पथ्य होना चाहिये जो उपदन्शमें होता है ।

### मूत्र-कृच्छ्र Gonorrhœa

**मू**त्र-कृच्छ्रभी एक बड़ा दुष्ट और संक्रामक रोग है । इसके कीटाणु बड़े-ही विषले और तीक्ष्ण होते हैं । इसीसे मूत्र-कृच्छ्रके रोगीकी धोती, तौलिया और स्पोंज प्रयोग करतेही मूत्र-कृच्छ्रके होनेका भय रहता है । मूत्र-कृच्छ्रकी उत्पत्ति वास्तवमें एक विशेष जातिके विषैले कीटाणुओं द्वारा मूत्राशयमें श्लेष्मकी झिल्लीमें होती है, और रोग उसी झिल्लीतक परिमित रहता है । यह दूसरी बात है कि रोगकी दशा तीव्रसे मन्द-वस्थाको प्राप्त हो जाती है, जिससे मूत्र नालीका मार्ग तद्ग हो जाता है । इसके अतिरिक्त मूत्र-कृच्छ्रके कीटाणु नेत्रोंसे संसर्ग होनेपर नेत्रोंमें भारी पीड़ाके कारण



उनका प्रयाग केवल व्यर्थही सिद्ध नहीं होता था, प्रत्युत हानिप्रद प्रमाणित होता था । अनेक औषधियों द्वारा उसकी मूत्र नालीमें दाहकी न्यूनताका अनुभव होता था, परन्तु पूय- ( मवाद ) का आना किसीसे बन्द नहीं होता था । इसीसे प्रत्येक समय उसकी धोतीमें पूयके धब्बे लगेही रहते थे । हमने उसको एक मासतक प्रतिदिन तीन बार दो, दो घण्टे उदर मूत्र नाली एवं अण्डकोषोंपर ताप पहुंचाने और केवल अनारपर निर्वाह करनेकी सम्मति दी थी, जिसका उसने पूर्ण रूपेण पालन किया । फलतः पन्द्रह दिनके भीतरही उसकी मूत्र नालीकी वह दाह जो कई वर्षसे एक पलकोभी बन्द नहीं हुई थी सदाको विदा हो गयी, इसके अतिरिक्त अण्ड कोषोंका शोथ लुप्त हो गया और मूत्र निर्मल वर्णका हो गया । इसके उपरान्त उसने रोगसे मुक्त होनेके निमित्त छ० मासतक दो बार नित्य उदर, मूत्राशय एवं मूत्र नालीको दो, दो घण्टे ताप पहुंचाता रहा और अनार, अगूर, संगतरा, माल्टा, काशमीरी नाशपाती एवं गन्ने आदिपर निर्वाह करता था ।

### कुछ विशेष रोगियोंका विवरण

**ए**क हिस्टेरिया- ( Hysteria ) से पीडित रोगिनी जिसे चार दिनसे निरन्तर दिनमें दो, तीन बार छः-छः सात-सात घण्टेतक दौरे होते थे, मार्च सन् १९२६ ई० में, जब कि हम ब्रह्मा देशकी यात्राको गये हुए थे, रात्रिके समय हेरीसन रोड, कलकत्तेमें दिखायी गयी । जिस समय हम उस रोगिनीको देखने गये थे वह दौरेके कारण अचेत पड़ी हुई थी और दो मनुष्य उसे बल पूर्वक पकड़े हुए थे । इसपरभी वह उनके वशमें न आती थी । अतएव हमने उसी समय उसको वल्लो द्वारा उदर, छाती और मस्तकपर ताप पहुंचवाया, जिससे बहुतही शीघ्र उसको चेत हो गया । किन्तु अगले दिन परिचारकोंकी उपेक्षासे फिर उसे दौरा हो गया, परन्तु वह तीन मिनिटसे अधिक समयतक न रहा, और इसके पश्चात् उसको कोई दौरा नहीं हुआ । उसको प्रतिदिन दो बार दो, दो घण्टे ताप देने और रसीले फलोपर निर्वाह करनेकी आज्ञा दी गयी थी । उस रोगिनीकी आयु प्रायः बीस वर्ष थी, उसको हिस्टेरिया रोग बहुत दिनसे दुःख दे रहा था, और कलकत्ते जैसे नगरमें जहां बड़े बड़े डाक्टर एवं वैद्योंका निवास है किसी चिकित्सक द्वारा उसको तनिकभी लाभ नहीं पहुंचा था । परन्तु हमारी चिकित्साने

तत्क्षण अपना प्रभाव दिखाया । उस रोगिनीके पतिने हमको, रङ्गूनके पतेसे एक पत्रभी लिखा था, जिसकी प्रतिलिपि हम निम्नमें देते हैं:—

Calcutta

25-3-26

श्रीयुक्त डाक्टर साहब,

नमस्कार,

हमें खेद है कि आपसे हम रंगूनके लिये चलते समय न मिल सके यद्यपि करीब ७॥ बजे हम कटरे गये थे । रोगीका हाल ठीक है, तबसे एकभी दौरा फिर नहीं आया है, आपकी आज्ञानुसार चिकित्सा चल रही है—Press ( वल्ल निचोड़नेका यन्त्र ) अभीतक नहीं मिला है परन्तु फोमेनटेशन ( ताप ) बराबर हो रहा है । रोगी अन्नके लिए बहुत व्यग्र है और केवल फल पर साधना असम्भव दिखलाई देता है । नित्य इसके लिए हठ होता है—अतएव आप लिखियेगा कि क्या हम खिला सकते हैं—शेष कुजल है—कृपा बनाये रखियेगा—पत्रोत्तर दीजियेगा ।

भवदीय

S. S. Chaturvedi.

एक गठियाका ताम वर्षाथ रोगी नोवेम्बर मन् १९२३ ई० में हमको आगरेमें मिला था । वह हमारे एक सेठ मित्रको बर्द्धनका पुत्र था । सान वर्षसे गठियामें पीड़ित था, और साफही माय उपदन्ध रोगभी उसके शरीरमें विद्यमान था । वह बड़ी कठिनतासे ठकड़ा टेकता, टेकता हमतक आया था । वह प्रत्येक समय गठियाकी पीड़ासे दुःखी रहता था और किसी चिकित्सामें उसे इसके अनिरिक्त कि कुछ पीड़ासे न्यूनता हो जाय उनी पूर्ण लाभ प्राप्त नहीं हुआ । अतः हमने सफलताके लक्षण देखकर उसकी चिकित्सा आरम्भ करी । उसको हमने प्रतिदिन दो बार उदर, छाती एवं शक्ति तोंके मोचके अर्द्धादित न्यानेपर दो, दो घण्टे ताप तथा घड़ बन्धनके प्रयोग करने आर केवल रसोले कलोपर निर्वाह करनेकी सम्मति दी थी । परन्तु वह आरम्भ पावे अधिक लोभी था । हम लिए हमको उने अनेक शाय सेवन करनेकी सम्मति देनी पड़ी । यही कारण था कि जितना उसे लाभ पहुंचना चाहिये था नही पहुंचा । हमारी सम्मतिने न्यूनता न्यून उने तान वर्ष निरन्तर गेले अन्ततः उसकी कलोपर ही जीवन निर्वाह करना चाहिये था । इ

## प्राकृतिक विज्ञान ।

कोई सन्देह नहीं कि उसके शरीरसे गठियाका इति हो गया है । परन्तु अभी उसका शरीर बहुत दूषित है । इसीसे कभी, कभी उसके हाथ-पैरोंमें घाव होजाते हैं, डाढ़ोंकी पीड़ासे वह प्रायः दुःख पायाही करता है और उसके शरीरकी त्वचासेभी वह रोगी प्रतीत होता है । हमने उससे इस विषयमें कई बार कथन किया । परन्तु उसने इसपर यही उत्तर दिया कि उसके मामाने फलोके स्थानमें चावल सेवन करनेको लिखा था इसीसे उसने चिकित्सामें बहुत कुछ विश्वास होते हुएभी उसका परित्याग कर दिया । किन्तु यह हमको अनुभवसे सिद्ध हो गया कि उस रोगी और उसकी माताको हमारी चिकित्सामें इतना विश्वास हो गया है कि उनके घरमें केवल उसके लघु भ्राताके अतिरिक्त जब कोई रोग ग्रस्त होता है तो हमारी विधिसेही उसकी चिकित्सा की जाती है ।

नवेम्बर सन् १९२५ ई० में आगरेमें हमको एक नेत्रोके ट्यूमरका रोगी मिला था । वह मथुरा, लखनऊ, कानपुर और कलकत्तेके नेत्र विशेषज्ञोंसे चिकित्सा करा चुका था, प्रत्युत कानपुरके डाक्टर महाशयने तो उसका एक नेत्रभी निकाल दिया था, और फिरभी रोगमें न्यूनता होनेकी अपेक्षा वृद्धिही होती गयी । इसके उपरान्त वह दो बार राची रेडियमसे चिकित्सा कराने गया, परन्तु वहाभी प्रथम बार कुछ लाभ होता प्रतीत हुआ किन्तु द्वितीय बार कुछ लाभ न होनेपर हताश होकर लौटना पड़ा । इसके पश्चात् वह आगरे आया और उसने एक डाक्टरसे चिकित्सा कराना आरम्भ किया, जिसका फल यह हुआ, उसके दूसरे नेत्रसेभी दीखना बन्द हो गया । अन्तमें वह हमारी चिकित्सामें आया । हमने उसको पन्द्रह दिनतक आगरेही रहनेकी सम्मति देते हुए प्रति दिन तीन बार दो, दो घण्टे उदर, छाती, नेत्रो, ट्यूमरके प्रदाहित शोथके स्थानो और उसको अर्श व्याधिभी होनेसे गुदापर ताप एवं नेत्रो और ट्यूमरपर मृत्तिका बन्धनोके प्रयोग करने तथा केवल रसीले फल सेवन करनेकी आज्ञा दी । फलतः पन्द्रह दिनमेंही उसके ट्यूमरके शोथ और पीड़ामें बहुत न्यूनता हो गयी और पन्द्रहवें दिन वह अपने घर चला गया । इसके उपरान्त दिनोदिन वह उन्नति करता गया । यहाँतक कि बहुतही शीघ्र उसके ट्यूमरका समस्त शोथ और पीडा जाती रहनेसे उसको पूर्णतः निद्रा आने लगी, नासिकासे जो दुर्गन्ध आतीथी वहभी छुप्त हो गयी,



५३

एक कमरकी पीड़ाका रोगी ग्राम उजरई, पोस्ट मलपुरा, जिला आगरा का हमसे चिकित्सा कराने मार्च सन् १९२५ ई० में आगरे आया था। वह एक अच्छा धनिक और ज़िमीदार था, किन्तु आज पर्यन्त हमको जितने रोगी मिले हैं उन सबसे उसका व्यापार बढ़ चढ़कर था। यद्यपि उसने पूर्ण पथ्यके साथ चिकित्सा करी और उसकी उस पीड़ाको, जो उसे सोलह वर्षसे असह्य दुःख दे रही थी, और जिसकी चिकित्सा करते, करते वह दुःखी हो गया था, पूर्ण रूपेण लाभ हो गया, किन्तु उसने और तो क्या वध्व निचोड़नेके यन्त्रका मूल्यभी नहीं चुकाया। हमने कई बार उसको बड़े, बड़े कठोर पत्रभी लिखे, परन्तु वह ऐसा निर्लज्ज हो गया कि उसीने उत्तर न दिया। हमने उसको प्रति दिन दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचाने एवं घड़ बन्धनोंका प्रयोग करनेकी सम्मति दी थी, और रसीले फलोपर निर्वाह करनेको कहा था। इसके अतिरिक्त हमने उससे अपयून त्यागनेकोभी कहा था। परन्तु उसने इस लिए कि उसकी जातिमें अपयून सेवन करनेकी कुप्रथा है, अपयूनकी मात्रामें न्यूनता तो अवश्य कर दी, परन्तु उसका सर्वथा परित्याग नहीं किया। इसीसे बहुत कुछ चेष्टा करनेपरभी उसकी पीड़ाका समूल इति नहीं हुआ। फिरभी इतना अवश्य हुआ कि वह जो बिना पेटी बांधे खड़ाभी नहीं हो सकता था मीलों बिना पेटी और किसी प्रकारके कष्टके चल सकता था।

सन् १९२४ ई० के अन्तमें एक गृस्थमें रहनेवाला साधु बम्बईमें मिला था। वह शिर पीड़ाका रोगी था। उसकी आयु प्रायः पचपन वर्ष थी उसके नेत्र सदा लाल और भद मैले रहते थे। वह कई, कई दिनतक कोष्ठ-बद्धके कारण मल न त्याग सकनेका दुःख भोगा करता था। उसके शिरमें पीड़ाके अतिरिक्त सदा शुष्कता रहती थी, जिससे उसके कानोंमें प्रत्येक समय सन-सनाहट होती रहती थी। उसको यह पीड़ा योगाभ्यास करनेसे हुई थी। हमने उसको प्रतिदिन दो बार उदर, छाती एवं शिरपर दो, दो घण्टे ताप पहुंचाने और फलोपर जीवन निर्वाह करनेकी सम्मति दी थी, जिससे पहिले सप्ताहमेंही उसे यथेष्ट लाभ पहुंचा। क्योंकि वह सरलतासे मल त्यागन करने लगा, शिर पीड़ा और शुष्कतामें न्यूनता हो गयी, मूत्रके वर्णमें अन्तर प्रतीत होने लगा, नेत्रोंकी लाली कम हो गयी और कुछ, कुछ निद्रामेंभी वृद्धि हो गयी, और इसी क्रमसे उसे दिनो दिन लाभ होता गया। यहातक कि जब हम फ़ेब्रुअरी सन् १९२५ ई०



में बम्बईसे चले हैं तो वह बहुत कुछ आरोग्य था और हमारी भेटको कुछ फल लाया था ।

नोवेम्बर सन् १९२३ ई० में आगरेके स्थानपर हमारे मित्र एक सेठजी अपने एक परिचित बहुत बड़े धनिक मित्रको, जो कि बहुत दुष्ट रोगसे पीड़ित था, जिसके कारण जीवनकी आशा न होनेसे वह विल ( वसियत नामा ) लिखनेका विचार कर रहा था, और यह कह रहा था कि कोई चिकित्सक चाहे जितना धन लेले किन्तु प्राण बचा दे, मिलने गये और उनके साथ, साथ हमभी गये । उस रोगीको उस समय साधारण ज्वर था, किन्तु हिचकियां और वमन आनेकी केवल उबकाइया बहुत कष्ट दे रही थीं, और अनेक डाक्टरों एवं वैद्योंकी चिकित्सा द्वारा कोई लाभ न होनेके कारण वह जीवनसे हताश हो गया था । किन्तु हमारे सेठजीने उसे वैद्य बन्धाया और स्वयं अपने हाथसे उसकी छाती एवं उदरपर ताप पहुंचाना आरम्भ किया, जिससे तुरन्त उसको लाभ पहुंचना आरम्भ हुआ, और तीन दिनमें पूर्ण आरोग्य हो गया । इसके उपरान्त सन् १९२५ ई० में उसने हमसे अपनी सासकी चिकित्सा करायी, और उस वार हमारे प्रति उसका यह व्यापार रहा कि कभी उसने हमारी फीस नहीं दी और कहता यही रहा कि हमने फीस नहीं ली । फिरभी बिना फीसके उसकी और उसकी सासकी चिकित्सा करनेमें हमें सन्तोष है । क्योंकि जिन सेठजीने ' प्राकृतिक विज्ञान- ' के मुद्रणका भार लिया है उन्होंनेही उसकी चिकित्सा करायी थी ।

डेसेम्बर सन् १९१५ ई० में भटिन्डेमें हमको वहाके हास्पिटलका एक कम्पा-उन्डर मिला था । उसकी आयु प्राय पच्चीस वर्ष थी और वह हस्त-मैथुन करनेके कारण बहुत अंशमें नपुंसक हो गया था । अतः वह सन्तानोत्पत्तिके योग्य न रहा था । उसने अनेक बाजीकर्ण औषधियोंका सेवन और तीक्ष्ण तैलों आदिका मर्दन करके अपने शरीरको औरभी शिथिल कर लिया था । क्योंकि उन औषधियोंकी कृपासे शरीरके उत्तेजित होनेपर उसी प्रकार एकैक काम शक्तिया उत्तेजित हो गयीं, जिस प्रकार दूधके नीचे तीक्ष्ण अग्नि द्वारा उफान आनेपर दूध बाहर आ जाता है, किन्तु अन्नमें उफान आनेपर जैसे दूधना इति हो जाता है वैसेही उसकी शक्तियोंकी शक्ति होनेपर वह पहिलेसेभी अधिक नपुंसक हो गया । इसके उपरान्त उसने नपुंसकताके निमित्त कई तीक्ष्ण टीके- ( Injection ) भी लगवाये ।

## प्राकृतिक विज्ञान ।

परन्तु उनसेभी हानिके अतिरिक्त कोई लाभ न हुआ । अतएव उसने हमारी सम्मति चाही । हमने उसको पूर्ण विश्राम करते हुए रसीले फलोका सेवन करने और छातीसे जनेन्द्रिय पर्यन्त कुछ मासतक ताप पहुँचाने एवं लङ्गोटीकी आकृतिका टी ( T ) बन्धन रात्रिमे प्रयोग करनेकी सम्मति दी । किन्तु ताप लेनेकी केवल उसी समयतकके लिए आज्ञा दी थी जबतक अजीर्णका अनुभव हो और शरीरको चैतन्यता प्राप्त न हो जाय । इसके उपरान्त बन्धनोंका प्रयोग उस समयतक रक्खनेके लिए कहा या जबतक कि शरीरको पूर्ण रूपेण शक्तिया प्राप्त न हो जाय, और तबतक स्त्रीके निकट जानेसे रोकनेको कहा या जबतक स्वयं कामेच्छा न हो, प्रत्युत इच्छा होनेपरभी कुछ दिन किसी दूरके स्थानपर रहनेकीही आज्ञा दी थी । निदान् एक वर्ष पर्यन्त हमारी आज्ञानुसार चलनेपर उसके शरीरमे यथेष्ट चैतन्यता आ गयी और फिर प्रकृतिके नियमानुसार प्रातःके समय उसे गर्भाधान करनेकी आज्ञा दी, जिसका फल यह हुआ कि उसकी स्त्रीके गर्भसे सन् १९१७ ई० में एक बालिकाका जन्म हुआ । हम उसके पत्रोमेसे एक, दोकी प्रति लिपि यहा देना चाहते थे, परन्तु वह इतने अश्लील हैं कि उनका प्रकाशित करना उचित नहीं ।

सन् १९२५ ई० के आगस्ट मासमे आगरेके स्थानपर एक क्षयीकी रोगिनी हमको दिखायी गयी वह एक ऐसे साधारण पुरुषकी स्त्री थी जो कि उस समय उन्हीं महाशयके यहा एलेक्ट्रिककी दूकानमें अल्प वेतनपर कार्य करता था, जिनकी चिकित्सा हमने नोवेम्बर सन् १९२३ ई० में 'प्राकृतिक विज्ञान' का मुद्रण करानेवाले सेठजीके आग्रहपरकी थी । वह रोगिनी प्रायः अष्टादश वर्षकी थी और प्रायः आठ वर्षसे, जब कि उसके एक बालिका हुई थी, अनेकानेक रोगोंसे पीडित थी, और जिस समय हमने उसे देखा था उसके शरीरकी समस्त अस्थिया दृष्टिगोचर होती थीं, ज्वरका ताप  $101^{\circ}$  के निकट रहता था, खासीके कारण उसको समस्त रात्रि बैठेही व्यतीत होती थी, क्षुधा लुप्त हो गयी थी, मुखका स्वाद बहुतही बिगड़ा हुआ रहता था, शरीरमें चैतन्यता नाम मात्रकोभी नहीं दीखती थी, अन्न कभी नियमित रूपसे मल त्यागनका कार्य नहीं करती थी और मासिक धर्म होनाभी बन्द हो गया था । अतः हमने दोनो समय दो, दो घण्टे उदर छाती एवं कमरपर ताप पहुँचाने एवं केवल रसीले फलोपर निर्वाह करनेकी सम्मति दी थी । निदान् एक मासके भीतरही उसके ज्वरका ताप

न्यून होने लगा, खासी सर्वथा लुप्त हो गयी, शरीरमें चैतन्यता प्रतीत होने लगी, क्षुधामें यथेष्ट वृद्धि हो गयी, निद्रा भले प्रकार आने लगी, मूत्रके रङ्गमें अन्तर हो गया । किन्तु दुःखकी बात है कि प्रथम तो घनाभावसे उसका पति उसे स्वच्छ वायुके स्थानमें रखनेको असमर्थ था, द्वितीय समयके अभावसे इसके पश्चात् वह नियमित रूपसे तापभी न पहुँचा सका, प्रत्युत कभी, कभी तो कई, कई मास पर्यन्त उसको एक बारभी ताप नहीं पहुँचाया गया । परन्तु इस परभी उसका अबतक केवल फलोपरही निर्वाह हो रहा है । इसीसे यद्यपि उसका जीवन जोखिमसे निकल गया है तथापि रोगका इति नहीं हुआ है । हा, इतना अवश्य है कि जब ताप पहुँचाया जाने लगता है तभी उसे लाभ होने लगता है । इसके अतिरिक्त उसे मासिक धर्म-भी होने लगा है और अब वह कुछ कार्य करके अपने पतिको सहायताभी दती रहती है । परन्तु यदि उसकी चिकित्साका यही क्रम रहा तो सम्भव है शीघ्र फिर उसके प्राण जोखिममें पड़ जावे ।

डेसेम्बर सन् १९२३ ई० में जब कि हम बम्बई जा रहे थे एक महाशय सपत्नीक हमारी गाड़ीमें रतलामसे चढ़े । अतः उनसे बात-चीत होनेपर परस्पर एक दूसरेका परिचय हुआ । इसके उपरान्त उन्होंने अपनी स्त्रीके सम्बन्धमें सम्मति चाही । क्योंकि उनकी स्त्रीको गर्भवती होनेसे तीसरे, चौथे मासके उपरान्त गर्भपतन होनेकी व्याधि थी और उस समय उसे दो मासका गर्भ था । अतएव हमने उसी समयसे प्रसव-कालतक नित्य प्रति दो बार एक, एक घण्टे योनिसे ग्रीवा पर्यन्त ताप पहुँचाने और रसीले फल सेवन करनेकी सम्मति दी थी । किन्तु यदि बालककी लालसा न होती तो वह महिला कदाचित् हमारी चिकित्साके समीपभी न जाती । परन्तु हमारे यहाँ सन्तानकी इच्छासे स्त्रियाँ सभी कुछ करनेको प्रस्तुत हो जाती हैं । फिर फलोका सेवन करना कौन कठिन बात है । निदान् उसी समयसे उस महिलाने पूर्ण रूपेण पथ्यके साथ हमारी चिकित्साका पालन किया, जिससे यथाचित् समयपर साधारण प्रसव पीड़ाके साथ एक सुन्दर और आरोग्य बालकका जन्म हुआ । किन्तु बालकका जन्म होनेके उपरान्त बड़ी कठिन्तासे एक मास व्यतीत होनेपर उस महिलाने फलोंका सेवन करना त्याग कर एकैक गरिष्ठ उत्तेजक एवं रसहीन पदार्थ लेने आरम्भ कर दिये, जिसका फल यह हुआ कि माताके स्तनोसे दूध निकलनेमें इतनी न्यूनता हो गयी कि बालक क्षुधासे पीड़ित रहनेके

कारण प्रत्येक समय चिलाता रहता था। अतः इस विषयमें फिर हमको लिखा गया, जिसके उत्तरमें हमने बहुत कुछ समझाकर विस्तारपूर्वक लिखा कि दूध सदा रसोहीसे बनता है, इसका प्रत्यक्ष प्रमाण यह है कि जब गाथें हरी घास सेवन करती हैं, तो वह उस समयसे जब कि वह सूखी घासपर रखी जाती हैं, अधिक दूध देती हैं। इस लिए यदि दूध में वृद्धि करनी हो तो रसीले फलो या दूधपर निर्वाह करना चाहिये, किन्तु वह एक धनिककी स्त्री थी। अतः उसने हमारी सम्मति स्वीकार न करके बालकको दुग्ध पान करानेके निमित्त एक वायको रख लिया।

सन् १९२३ ई० के मेय मासमें हमारे श्वसुरालयमें एक लड़केने, जिसकी आयु प्रायः सत्तरह वर्ष थी, और जिसकी टांगमें पीछेकी ओर ऐड़ीसे छः इंच ऊपर एक ऐसा घाव था जो बहुत समय हो जाने और अनेक चिकित्साएँ करनेपर भी आरोग्य नहीं हुआ था, उसकी चिकित्साके सम्बन्धमें हमारी सम्मति चाही। हमने यह देखकर कि साधारण घाव है और वह एक दरिद्र लड़का है केवल ऐसा भोजन, जिसमें अधिक मिर्च मसाला न हो, लेने और प्रत्येक समय घावपर उष्ण मृत्तिका बन्धनोके प्रयोग करनेकी सम्मति दी, जिससे एक मासमें उसका घाव आरोग्य हो गया। जब हम दुवारा सन् १९२४ ई० में वहाँ गये हमें यह जानकर प्रसन्नता हुई कि उसने उसी रीत्यानुसार एक तेलीके वैसेही घावको आरोग्य किया था।

एप्रिल सन् १९१८ ई० में जबकि हम सोमना जिले अलीगढ़में थे हमने एक सात वर्षीय बालककी चिकित्सा की। उस बालककी ऊपरसे गिरनेके कारण खोपड़ी फट गयी थी। हमने उसको ज्वर हो आया था इस लिए दो दिन घावके अतिरिक्त छाती और उदरपर दो, दो घण्टे ताप पहुँचाने और इसके उपरान्त जबतक घाव आरोग्य न हो उसपर नित्य दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुँचानेके उपरान्त मृत्तिका बन्धन प्रयोग करनेकी सम्मति दी थी, जिससे घाव खुला रहकर रोग न बढ़े। भोजनार्थ हमने उसे शहतूत और लोकाट सेवन करनेकी आज्ञा दी थी क्योंकि उस समय वहाँ यही फल पर्याप्त थे। उस बालकका घाव इक्कीस दिनमें आरोग्य हो गया था, इसपर भी वह एक मास पर्यन्त फलही सेवन करता रहा, और तबतक आहारमें परिवर्तन नहीं किया जबतक कि उसका पिता उसे हमारे समीप लाके हमारी आज्ञा दिला कर नहीं ले गया। वास्तवमें उस सात वर्षीय बालकके समान हमारी आज्ञानुसार पथ्यसे रहनेवाला आज पर्यन्त कोई रोगी नहीं मिला। क्योंकि उसने कभी यह भी

प्रश्न नहीं किया कि अमुक फल सेवन किया जा सकता है या नहीं । अतः उन मुखोंको, जो अपनी जिह्वाके चटोरपनके कारण पथ्यसे रहनाही मृत्यु समझते हैं, और कुपथ्यसे रहकर अपने अमूल्य जीवनका नाश करते हैं, लज्जा आनी चाहिये ।

सन् १९२३ ई०के एप्रिल मासमें ग्राम दीधी, जिले बुलन्दशहरमें एक छः वर्षीय मालीके बालककी चिकित्सा करनी पड़ी । उसके पैरमें एक मनुष्यके लकड़ी चरिते समय बैठेसे निकलकर कुल्हाड़ीके उचटनेपर गहरा घाव हो गया था, जिससे स्वतन्त्रतापूर्वक रक्त प्रवाह हो रहा था । अतः हमने तुरन्तही घावपर ताप पहुंचवाकर मृत्तिका बन्धनका प्रयोग करवा दिया; और इसी प्रकार नित्य दो बार घावपर ताप पहुंचाया जाता था, और दिनमें कई बार बन्धनोका प्रयोग होता था । उसको भोजनार्थ फल उपलब्ध न होनेके कारण केवल दूधकी आज्ञा दी थी । उसका घाव प्रायः दस दिनमें आरोग्य होगया था । किन्तु शोथ और पीड़ा तीन दिनमें लुप्त हो गयी थी । हमने घावके आरोग्य होनेके समयतक उसको घावके फटनेके भयसे चलने-फिरनेकी आज्ञा नहीं दी थी ।

सन् १९१९ ई०के सेप्टेम्बरमें खुर्जे, जिले बुलन्दशहरमें हमको एक मैलेरिया— ( जुड़ीका ज्वर ) का रोगी मिला था । उसको प्रायः एक वर्षसे मैलेरिया दुःख दे रहा था । अतः हमने उसे जिम समय ज्वर चढ़े और उसके अतिरिक्त जितनी बार और जितने समयतक हो सके ताप होने और रसीले फल सेवन करनेकी सम्मति दी । किन्तु ऐसा करनेसे एक तो ज्वरके चढ़ते समय शरीरके कम्पनमें न्यूनता हो गयी, दूसरे तापके कारण ज्वर अधिक कष्टदायक नहीं प्रतीत होता था, तीसरे अन्त्र मल त्यागनका कार्य नियमित रूपसे करने लगी थी, अन्य कोई लाभ नहीं हुआ । अन्तमें हमने उसे टप द्वारा ताप लेनेकी सम्मति दी, जिससे बड़ी कठिनतासे सात-सात, आठ-आठ घण्टे ताप लेनेपर एक मासमें मैलेरियासे पीछा छूटा था । परन्तु यदि वह इतने परिश्रमसे चिकित्सा न करता तो सम्भव था कि उसे क्षयी रोग हो जाता ।

जून सन् १९२३ ई० में बम्बईके स्थानपर एक ज्योतिषीजी महाराजकी स्त्री की चिकित्सार्थ हमसे एक सेठजीने कहा, और हमको इस लिए ' प्राकृतिक विज्ञान ' के सुदृढका कार्य रोककर उस महिलाकी चिकित्सा करनी पड़ी, कि वही सेठजी ' प्राकृतिक विज्ञान ' के सुदृढका भार सहन कर रहे हैं । उस स्त्रीके पगमें कई वर्षसे

हमारे और उसके कारण पजेपर शोथ था । अनेक बड़े, बड़े चिकित्सक उसकी चिकित्सा कर चुके थे । अन्तमें हमने उसकी चिकित्सा करनी प्रारम्भ की और इसके लिए सेठजीके कहनेपर नित्य दो मास पर्यन्त हमको बम्बईसे माटुंगे जाना पड़ता था । किन्तु उसे बहुत कुछ लाभ होनेपरभी यह सभी व्यर्थ था, क्योंकि वह रोगिनी एक दिनभी पथ्यसे न रही । अन्तमें ज्योतिषीजी दुःखी होगये और चिकित्सा बन्द हो गयी । इसके उपरान्त ज्योतिषीजी हमें सौ रुपये देने लगे, किन्तु हमने इसलिए कि प्रथम तो वह एक तुच्छ धन था, द्वितीय सेठजीकीभी इच्छा नहीं थी कि हम उनसे कुछ ले, वह रुपया नहीं लिया ।

जून सन् १९२१ ई० में हमको दिल्लीमें एक ऐसा रोगी मिला जिसका वाम हाथ अग्निसे जल गया था । उसने हाथ जलनेसे प्राय ३ या ४ मिनिट पीछेही हमको अपना हाथ दिखलाया । उस समय वह पीड़ा और दाहके कारण बहुत विकल हो रहा था । अतएव वहा उपस्थित जनेमेसे एक महाशयने उसे शीतल जलमें हाथ डुबोये रखनेकी सम्मति दी, क्योंकि वह जल चिकित्साके पक्षपाती थे । परन्तु हमने उसे ऐसा करनेसे इस लिए रोका कि अनेक बार हमारे अनुभवमें यह बात आचुकी थी कि जले हुएपर शीतल जलका प्रयोग करनेसे छाले पड़ जाते हैं, और दाहकी वृद्धि हो जानेसे निरन्तर कई दिवस पर्यन्त जले हुए अङ्गपर शीतलाति शीतल जलका प्रयोग करनेको बाध्य होना पड़ता है । अतः हमने उस जले हुए रोगीका हाथ साधारण तापकी विना जलकी सहायताके पिसी हुई चिकनी मिट्टीमें बारह घन्टेतक दबवाये रखा, जिससे दाहका इति हो गया । इसके उपरान्त तीन दिन उसके हाथपर दिनमें दो बार दो, दो घन्टे ताप करके उष्ण मृत्तिका बन्धन प्रयोग करनेकी सम्मति दी, जिससे उसे पूर्ण लाभ हो गया । इसमें कोई सन्देह नहीं कि यह एक साधारण बात थी, परन्तु वास्तवमे यही वह रोगी था, जिसके कारण जल चिकित्सापर किसी अंशमे हमारा विश्वास नहीं रहा, और तभीसे हम जल चिकित्साओको अद्योपान्त अप्राकृतिक समझते हैं ।

नोवम्बर सन् १९२६ ई० में आगरेमें हमको एक नेत्र रोगी मिला । वह एक दीन ब्राह्मण था और पुरानी कोतवालीकी चिल्डिङ्गमे प्राय एक दूकान पर बैठा हुआ मिला करता था, और मार्ग चलते जब हमारी दृष्टि उसकी ओर जाती थी तभी वह नमस्कार किया करता था । अन्तमें एक एक दिन उसने अपने रोगके

विषयमें हमसे कोई औपवि बताने को कहा, क्योंकि उस समयतक उसे यह ज्ञान नहीं था कि हम औपवि मात्रके शत्रु हैं । अतः हमने उसको प्रतिदिन नेत्रोंपर दो बार दो, दो घण्टे ताप पहुंचाने और रात्रिको उष्ण मृत्तिका बन्धन प्रयोग करनेकी सम्मति दी । किन्तु पथ्यके विषयमें इस लिए कुछ नहीं कहा कि प्रथम तो हमको यह आशाही नहीं थी कि वह पथ्यसे रहेगा, द्वितीय देखनेसे उसकी स्थितिभी ऐसी प्रतीत नहीं होती थी कि वह भिक्षुक होते हुए फलोपर निर्वाह करसकेगा । इसके अतिरिक्त उसकी आयुभी सत्तर वर्षसे अधिक प्रतीत होनेके कारण हमें यह आशा नहीं थी कि उसकी दृष्टिमें उन्नति होगी । हम तो केवल यही समझे थे कि नेत्रोंपर ताप पहुंचानेसे उनकी लाली ( दाह ) जाती रहेगी और उनसे जलका प्रवाहित होना बन्द हो जावेगा । परन्तु आश्चर्य है कि बिना पथ्यसे रहते हुएभी एकही सप्ताहमें उसे अपूर्व लाभ हुआ । वह जो कि किसीको केवल प्रतिविम्बके रूपमें देखता था, भले प्रकार उसकी मुराकृति देखने योग्य हो गया, उसके नेत्रोंकी लाली और उनसे जलके प्रवाहित होनेमें बहुत न्यूनता होगयी । इसपरभी एक बात यह है कि न तो उस समयतक वह बन्धनोका प्रयोग कर सका था और न नियम पूर्वक ताप पहुंचा सका था । उस समयतक वह एक पुरानी टोपियां धोने-वालेकी दूकानपर जलमें डुबली हुई फ्रेन्ट टोपियोंकी उष्णता द्वाराही, और वहभी केवल एक ही घण्टे, नेत्रोंको नित्य ताप पहुंचाया करता था । परन्तु चिकित्सा करनेसे एक सप्ताह पीछे जब उसने हमसे इस प्रकार ताप पहुंचाने और बन्धनोका प्रयोग न करनेकी बात कही तो हमने उसको नियम पूर्वक ताप पहुंचाने और न्यूनातिन्यून रात्रिके समय बन्धनों का प्रयोग करनेकी पुनः सम्मति दी । अतएव यदि उसने पूर्ण हवेष उभरता पावन किया तो उसे पथ्यमें न रहते हुएभी मनुष्यको चकित करनेवाला लाभ होगा, निमेष निन्द होगा कि तापकी क्या महिमा है ।

नोवम्बर ७ नू १९२६ ई० में जिस समय कि हम जैन अनायालय, आगरा में रहते हुए थे एक दिन पथ्यीय लउदेही जंगली हस्ततन्त्री और पत्तने लगी और दाहके कारण उन लउदेहियों में बहुत पड़ता था; और उस अनायालयमें जैनी लउदेहोंके जोतलियां जन्म दिवस दिहोरी और छोड़े विशेष ध्यान नहीं दिया जाता था । अतः लउदेह उन लउदेहों पुष्प पौड़ोंमें डुबीं होकर हमने अपनेहा स्थानपर तब तक रखकर और जब जब लउदेही जंगलपर एक जलमें नीगा कर लिफटाये उस तबपर

3108

उसकी अंगलीको ताप पहुंचाया, जिससे तीन दिनके भीतर उसकी अंगली ठीक हो गयी। किन्तु पीड़ा पहिलेही दिन लुप्त होगयी थी। तबका ताप जब सहा नहीं होता था तो अंगलीसे लिपटे हुए वस्त्रपर कुछ शीतल जल टपका दिया जाता था। जिस समय हम उस बालककी अंगलीकी चिकित्सा कर रहे थे उसी कालमें उसे मैलेरिया ज्वरभी हो गया था, जिसपर उस बालकने अनेक बार हमसे चिकित्सा करनेको कहा, परन्तु यह हमारी निर्वलता है जो हमने उसकी चिकित्सा इस लिए नहीं की कि उससे पहिले हम एक बालककी चिकित्सा करके देख चुके थे। उसको  $102^{\circ}$  ज्वर था और ताप करनेसे  $100\frac{1}{2}^{\circ}$  रह गया परन्तु इसपरभी हमारी आज्ञानुसार वहाँके कुछ मुखौने उसे अनार इस लिए नहीं दिया कि कहीं बालकको शीत न आजाय, जिससे हमको बीचहीसे उसकी चिकित्सा छोड़नी पड़ी।

आगस्ट सन् १९२६ ई० में लखनऊमें हम कुछ रोगियोंकी चिकित्सा कर रहे थे उसी कालमें एक रोगीके दस वर्षीय बालकके पगमें हाकी खेलते समय चोट लग गयी, जिससे वह बहुत विकल था और पगपर शोथ आगया था। यह देखकर उसकी माताने बिना हमारी सम्मति लिए उसको ताप पहुंचाना और मृत्तिका बन्धनका प्रयोग करना आरम्भ कर दिया, और इस प्रकार तीन दिनमें उसका पग ठीककर लिया।

## कल्प



हमारे देशमें किसी समय अनेक प्रकार शरीरका कल्प होता था। किन्तु इस युग में कल्पका होना इस लिए प्राय असम्भव हो गया है कि मनुष्योंमें अनेक व्यसन उत्पन्न हो गये हैं, और उनके कारण वह स्वास्थ्य रक्षाके नियमोंका पालन करनेमें असमर्थ हैं। किन्तु यदि किसीकी इच्छा हो कि वह आरोग्य रहकर सुखसे जीवन व्यतीत करे और दीर्घायु हो तो उसे चाहिये कि वह कल्प करनेके निमित्त अधिक पतले रसवाले पदार्थोंको सेवन करके अपने शरीरमें रसीले पदार्थोंकी मात्रामें



वृद्धि करनेका इसलिए प्रयत्न करे कि जीवनका आधार रक्तपर है और रक्तकी मात्रा रसोंपर निर्भर है; अर्थात् शरीरमें जितना शुद्ध और अधिक रक्त बनाया जा सकेगा उतनाही शरीर रोग रहित और दीर्घायु होगा । किन्तु विना ऐसे फलोंके, जिनका रस अधिक पतला नहीं है या भारी है, न तो शरीरको शुद्ध रक्तही प्राप्त हो सकता है और न उस रससे यथेष्ट रक्तही बन सकता है ।

कल्प करनेके निमित्त निवासार्थ वैसेही देश, स्थान और घरकी आवश्यकता है जिसका कथन पीछे 'हमारे निवास स्थान' नामक शीर्षक निबन्धमें हो चुका है और 'मनुष्यका भोजन क्या है ?' इस निबन्धके अनुसार उसके खान-पानकी व्यवस्था होनी चाहिये । सारांश यह है कि कल्प उसीके शरीरका हो सकता है जो पूर्ण रूपेण सात वर्ष पर्यन्त 'प्राकृतिक विज्ञान-' के अनुसार अपना रहन-सहन और आहार-विहार रख सकता है । इसके अतिरिक्त शरीरको स्वच्छ करनेके निमित्त उस समयतक जबतक कि शरीरमें कोई रोग रहे उसकी हमारी चिकित्सा विधिके अनुसार चिकित्सा करनाभी आवश्यक है, और शरीरसे रोग निकल जानेके उपरान्त नित्य धड़-बन्धन प्रयोग करने एवं यदाकदा समस्त शरीरको टव द्वारा ताप पहुँचानाभी आवश्यक है ।

उपरोक्त विधिसे सात वर्ष पर्यन्त पूर्णतः 'प्राकृतिक विज्ञान-' के नियमानुकूल जीवन निर्वाह करनेसे शरीरके समस्त दोष दूर हो जाते हैं, और फिर समस्त शरीर स्वच्छ होनेपर ऐसाही सुन्दर, चैतन्य और जीवनमय हो जाता है जैसा एक प्राकृतिक स्वस्थ शरीरको होना चाहिये । क्योंकि कल्प होनेपर अस्थियोंके अतिरिक्त शरीरके समस्त जीर्ण पदार्थोंका नाश होकर उनके स्थानमें नूतन, नवजीवित, चैतन्य और कोमल पदार्थोंका जन्म होता है; प्रत्युत यह कहा जाय तो अनुचित न होगा कि एक बार शरीर फिर नया हो जाता है । परन्तु यह सम्भव तभी है जब कि कल्प करनेवाला प्रकृतिके अनुसार जीवन निर्वाह करके सात वर्ष व्यतीत करे ।

जीवनमें जितनी बार शरीरका कल्प किया जायगा उसी परिमाणसे आयुके कालमें वृद्धि होती रहेगी, और अधिक आयु होनेपरभी देखनेमें वृद्ध न प्रतीत होगा । इसके अतिरिक्त कल्प करनेसे यदि प्रकृतिके नियमोंको पालन करता रहे तो

नृत्यकुसुमयतनभी कोई व्यक्ति गर्भावान करनेकी शक्तियोंसे कभी वधित न होगा, उसकी 'विचामे झुरिया न पड़ेगी और उसकी आकृतिमे अधिक अन्तर न होगा ।

'यहांपर कल्पके विषयमें इसीसे अधिक नहीं लिखा है कि वास्तवमें हमने आरम्भके निबन्धोमे जो कुछ कथन किया है वह सब कल्पकेही साधनोंके निमित्त है ।

इति

## प्राकृतिक विज्ञान

निम्न स्थानोंसे प्राप्त हो सकता है:—

( १ ) मैसर्स वल्लभ एण्ड सन्स,  
पीलीभीत, यू० पी०, इन्डिया.

MESSRS. Vallabha & Sons,  
Pilibhit, U. P. India.

( २ ) श्रीयुत पं० एस० के० मिश्रजी,  
बरेली, यू० पी०, इन्डिया.

Syt Pt. S. K. Misraji,  
Bareilly, U. P., India.

( ३ ) मेनेजर प्राकृतिक विज्ञान कार्यालय,

MANAGER The Prakritic Vijnana office,

यदि  
आप या आपके किसी सम्बन्धी आदिके रोगकी  
स्थिति शोचनीय है

और

आप डा० पी० आचार्य 'कर्मल' की  
सम्मति लेनेके निमित्त

उनको

बुलाकर या दिखाके चिकित्सा करना चाहते हैं

तो

हमको लिखिये  
क्योंकि

अभीतक वह किसी एक स्थानपर नहीं रहते हैं

पत्र द्वारा सम्मति लेनेकी फीस

५॥ रु०

अपने यहा बुलानेकी फीस प्रतिदिन

१००॥ रु०

इसके अतिरिक्त एक सेकिन्ड क्लास और एक सर्वेन्ट क्लासका रेल आदिसे  
आनेजाने और खाने-पीने आदिका व्ययभी देना होगा ।

असमर्थ रोगियोंको कार्यालय और डाकके व्ययके निमित्त केवल चार  
आनेका डाकका टिकट भेजना चाहिये ।

**नोट:-**राजा-महाराजा या बड़े, बड़े सेठ-साहूकारों अथवा ताल्लुके-  
दारोंसे उपरोक्त फीस नहीं ली जावेगी, प्रत्युत उनकी हौसियतके अनुसार  
फीस निश्चित हो सकती है ।

वल्लभ एण्ड सन्स, पीलीभीत यू० पी०

Vallabha and Sons, Pilibhit, U. P., India.

यादि  
आप मदन शास्त्रके गुप्त और प्राकृतिक रहस्य  
जानना चाहते हैं

तो  
आप डा० पी० आचार्य ' कर्नल ' से मिले

वह  
केवल १००१ रु० लेकर

आपको  
अपूर्व, शिक्षाप्रद, लाभदायक और आनन्दवर्धक  
पाठ देंगे ।

किन्तु  
पत्र व्यवहारसे विना मिले यह कार्य नहीं होगा ।

वल्लभ एण्ड सन्स,  
पीलीभीत, यू० पी०  
Vallabha and Sons,  
Pilibhit, U. P , India.

यदि  
आप विशेष कल्प द्वारा,  
जिसका  
कथन इस पुस्तकमें भी कुछ कारण वश  
नहीं हुआ है.  
अपने शरीरको  
नया  
बनाना चाहते हैं  
तो  
हमारे द्वारा डा० पी० आचार्यको  
लिखिये  
वह  
उसकी फीस निश्चय करके  
आपको लिख देंगे ।

वल्लभ एण्ड सन्स,  
पीलीभीत, यू० पी०  
Vallabha and Sons,  
Pilibhit, U.P.,  
India.

## WHAT YOU WANT ?

Ours is the only firm, where you can get your requirements at rock-bottom prices, because we import everything directly from Foreign countries, and always clear at very nominal margin of profits. A trial will convince you.

Pr. S. K. MISRA,  
Bareilly, U P.

## डॉक्टर पी० आचार्य

लिखित निम्न विषयोंपर शीघ्र प्राकृतिक विज्ञान ग्रंथलताके रूपमें पुस्तके प्रकाशित होगी, और स्थायी ग्राहकोंको तीनचौथाई मूल्यमें दी जावेंगी। स्थायी ग्राहक बननेके निमित्त एक रुपया फीस भेजनी चाहिये:-

क्षयी, श्वास, संग्रहणी, गठिया, ट्यूमर, केन्सर, उपदन्श, मूत्रकृच्छ और हिस्टेरिया आदि रोग और उनकी चिकित्सा एवं शिशु पोषण और प्राकृतिक मदनशास्त्र आदि।

चिकित्सा सम्बन्धी समस्त सामग्री हमसे प्राप्त हो सकती है। इसके लिए एक चौथाई मूल्य एडवान्समें आना चाहिये।

पं० एस० के० मिश्र,  
बरेली, यू० पी०

